Toxémia elmagyarázva

Javított kiadás

A betegségek okának igazi magyarázata

A gyógyítás nyilvánvaló folyamat

Ellenszer a félelemre, a lázadásra és a népszerű őrületre, az úgynevezett gyógyítások után

Írta: Dr. J. H. TILDEN

DENVER, COLORADO

Copyright 1926, 1927, 1928, 1930, 1935

Írta: J.H. Tilden

Denver, Colorado

Dedikáció

Mit kérhetne többet bármely orvos vagy laikus, mint a betegségek okáról szóló filozófiát, amely tökéletesen megérti az összes úgynevezett betegséget? Az ok ismerete még a laikus számára is megbízható tudást nyújt arról, hogyan kerülje el a betegségek kialakulását, és hogyan gyógyítsa azokat. Amikor az emberek tudják, hogyan kerüljék el a betegségeket, ismerik azt az immunizálást, amely racionálisan immunizál.

A betegség valódi mibenlétének és okának megbízható ismerete az ember megmentése; és amikor ez a tudás nem igényel több erőfeszítést, mint amennyi a *toxémia magyarázata" című könyv figyelmes és értő elolvasásához szükséges, akkor kevés mentsége van bárkinek arra, legyen az laikus vagy szakember, hogy tudatlanságban éljen róla.

A tudás hatalom. Az egészségtudatosság ismerete adja a legnagyobb erőt. Kevés ember tud valamit a betegségek okáról. Nekik ajánlom ezt a könyvet, és nekik hoz felszabadulást az orvosi babonáktól.
—J. H. TILDEN

*toxémia: vérméreg, a vérsejteket károsító anyag jelenléte a vérben

Tartalomjegyzék

Előszó — 4
Bevezetés a toxémiába — 14
A toxémia magyarázata — 27
Az enerváció általában — 77
Egyensúly — 88
Az enerváció okai – 113
Visszatekintés — 140
Néhány javaslat — 142
Dr. Tilden feszítőgyakorlatai – 147

ELŐSZÓ

Ősidők óta keresi az ember a megváltót; és amikor nem megváltót keres, akkor gyógyírt keres. Hisz a *paternalizmusban. Azt akarja, hogy ingyen kapjon valamit, nem tudva, hogy a legmagasabb ár, amit valaha is fizetünk bármiért, az az, hogy megkapjuk.

*paternalizmus: atyáskodás

Ahelyett, hogy elfogadnánk a megváltást, jobb megérdemelni. Ahelyett, hogy megvennénk, koldulnánk vagy ellopnánk egy gyógyírt, jobb, ha felhagyunk a betegségek építésével. A betegséget az ember saját maga építi, és a gyógyír megvásárlásának ostobaságánál is rosszabb dolog, hogy annyira tudatlanok maradunk, hogy hiszünk a gyógymódokban.

A megváltás és a gyógymódok hamis elméletei az embert szellemi fogyatékossá tették, ahelyett, hogy saját megváltásának döntőbírája, és minden bizonnyal a saját orvosa lenne, ahelyett, hogy egy olyan szakma rabszolgája lenne, amely sem a betegségből való megváltást nem találta meg, és egyetlen gyógymódot sem fedezett föl az emberiség földi létezésének generációi alatt.

Hallunk diétás kúrákról, dietetikusokról, kiegyensúlyozott adagokról, húsos étrendekről, zöldséges étrendekről és más étrendekről – mindenféle kémiailag előállított ételekről. Az olvasóközönség zavarba jön több száz egészségügyi magazintól és több ezer egészségügyi ötlettől.

Ezrek írnak az egészségről, de nem ismernék fel, ha az utcán találkoznának vele. A fanatizmus, a bigottság, a butaság és a kereskedelmi szemlélet a fő elemei annak a dietetikai komplexumnak, amely most a közönséget gyötri.

A gyógymódok azok, amiket az emberek akarnak, és a gyógymódok azok, amiket az orvosok és a kultisták elkövetnek; de legfeljebb csak enyhülést adnak.

A test minden funkcionális zavarát jellemző rendszeresség színt ad a gyógymódot árulók állításainak, miszerint szerük meggyógyította pácienseiket, amikor az igazság az, hogy az úgynevezett betegség "lefutott a maga útján". Az igazság az, hogy az úgynevezett betegség egy toxémiás krízis volt, és amikor a toxin a toleranciahatár alá ürült, a betegség elmúlt - az egészség automatikusan visszatért. De a betegség nem gyógyult meg; mivel az ok (gyengítő szokások) folyamatosan fennáll, a toxin továbbra is felhalmozódik, és idővel újabb krízis

jelenik meg. Amíg a toxémia okát nem fedezik fel és nem szüntetik meg, a krízisek ismétlődnek, amíg a funkcionális zavarok szervi betegségnek nem adják át a helyüket.

Az egész szakma a toxémia kríziseinek gyógyításával foglalkozik – mérgezés-gyógyítással (?) és gyógyítással (?), amíg mindezt át nem veszi annak a szervnek a krónikus betegsége, amelyik a toxinkrízis helye volt.

NINCSENEK GYÓGYMÓDOK

A természet visszatér a normális kerékvágásba, amikor a toxikus szokásokat feladjuk. Nincsenek gyógymódok abban az értelemben, ahogyan azt általánosan értik. Ha valakinek dohányzástól károsodott a szíve, mi a gyógymód? Természetesen hagyjuk abba a dohányzást. Ha a szív elkopott a sokkhatástól, ahogy azt a szerencsejátékosok vagy a tőzsdén zuhanó emberek között látjuk, mi fogja meggyógyítani? Gyógyszerek? Nem! Az ok eltávolítása.

Minden úgynevezett betegség az elmében és a testben épül fel a toxikus szokások által. Az étel- és diétás őrület, amely jelenleg az orvosi színpad főszereplője, arra készteti az embereket, hogy olyan diétát követeljenek, amely meggyógyítja őket különleges bajaikból. Az az elképzelés uralkodik, hogy valamilyen különös diéta gyógyítja a reumát vagy bármilyen más betegséget.

A diéta vagy az étel nem gyógyít semmilyen betegséget.

A böjt, az ágyban való pihenés és a gyengítő szokások elhagyása meg fogja engedni a természetnek, hogy feldolgozza a felhalmozódott toxint; majd ha felhagyunk a gyengítő szokásokkal, és racionális életmódot folytatunk, az egészség visszatér, hogy végleg itt maradjon, ha a gyógyult „helyben marad”. Ez minden úgynevezett betegségre vonatkozik. Igen, illik a te betegségedhez – te, aki azért írsz, hogy megtudd, alkalmazható-e a Tilden-féle gyógyító rendszer az esetedre? Igen; nem tudod felfogni, hogy a törvény és a rend áthatja az univerzumot? És ugyanaz a ködtől a kőig, a kőtől a növényig, a növénytől az állatig, az állattól az emberig, az embertől az elméig és az elmétől a szuper-elméig – Istenig. Hogy egy általánosító kifejezést használjak: A törvény és a rend áthatja az univerzumot, ugyanaz tegnap, ma és mindörökké, és ugyanaz a csillagportól az elméig – az elektrontól az elméig.

A toxémia megmagyarázza, hogyan működik az egyetemes törvény az egészségben és a betegségben. Az egyik betegség ugyanaz, mint a másik; az egyik ember ugyanolyan, mint a másik; az egyik virág ugyanaz, mint a másik; a szén a kenyérben, a cukorban, a szénben és a gyémántban ugyanaz. Igen, egy betegség ugyanúgy gyógyítható (?), mint egy másik, kivéve, ha a toxémiás krízis által érintett szerv elpusztul.

Például: Ha a helytelen táplálkozás folytatódik, a savas erjedés először a gyomor nyálkahártyáját irritálja; az irritáció gyulladássá, majd fekélyesedéssé, majd megvastagodássá és keményedéssé válik, ami végül rákban végződik. Az orvosi világ küzd a rák okának megtalálásáért. Ez egy gyulladásos folyamat központtól távol eső vége, amelynek közelítő kezdete bármilyen irritáció lehet.

A vége az oxigén- és tápanyaghiány okozta degeneráció, és a degeneráció során a szeptikus anyag bejut a keringésbe, krónikus szeptikus mérgezést okozva, amelyet rákos leromlásnak neveznek.

A betegség az egyetemes leépülés gyakori kifejeződése. A fiziológia és a patológia megértése megköveteli a biológiában kifejezett evolúció szilárd megértését; különben az érvelés időnként eltéved.

A modern gyógymódok és védőoltások hiábavalóságok és bosszúságok; az okozattól, a betegségtől az okhoz való elköteleződés ostoba elvén alapulnak. Felfedezik a szervet, amely számos toxémia-válságban szenved – lehet, hogy gyomorfekély, majd a fekélyt kivágják; lehet, hogy epekő, majd a követ kivágják; lehet, hogy miómás méhdaganat, majd a daganatot vagy a méhet kivágják. Ugyanez mondható el más

hatásokról is – az orvosi fegyverzetet sok következményre vetik be. Ezt a köztudat a betegségek hatékony kezelésének fogadja el, miközben valójában ez a tünetek ostoba eltávolítása. És ez nem a legrosszabb az ilyen baklövésben. A kezelőknek fogalmuk sincs a tünetek okáról, amelyeket olyan ügyesen eltávolítanak.

Más rendellenességek esetén is ok ismeretének ugyanilyen hiánya uralkodik. A hiánybetegségek kezelésénél a hiányzó elemet a laboratóriumból pótolják; de semmit sem tesznek a szerv normalizálása érdekében. Miért? Mivel az orvostudomány még nem fedezte fel, hogy a szervek miért nem működnek megfelelően; és amíg ez a felfedezés meg nem történik, a tudományos ügyetlenkedés folytatódni fog.

A VILÁGNAK SZÜKSÉGE VAN A SEBÉSZET TUDOMÁNYÁRA

Ha kilencszázkilencvenkilenc esetben azért van szükség csonkításra (felesleges műtétre), hogy az ezredik esetben szükséges készséget tökéletesítsék, akkor a magas szintű műtét szükségességének kérdését a megcsonkított vagy rongált osztálynak kell megválaszolnia.

Szükséges-e a háború? Mi lenne a válasza a 7 485 000 embernek, akik a legutóbbi világháborúban haltak meg, ha feltennénk nekik a kérdést? Becsüljük meg 5000 dollár emberi erőforrás-veszteségként minden emberre; akkor a világ csak ebben az egyetlen tételben 37 425 000 000 dollárt veszített. A műtét a világnak évente ennyibe kerül férfiak, nők és gyermekek testének megrongálásával. Megér ennyit mindazért az igazi jóért, amit tesz? Miért tartanak ennyi műtétet szükségesnek? Az emberek tudatlansága miatt, amelyet egy tudományőrült vagy önző szakma szít. Látványosabb operálni, mint megtanítani az embereket arra, hogyan éljenek a krónikus betegségek és műtétek elkerülése érdekében.

SZÜKSÉGESEK-E VALAHA A *PALLIATÍV KEZELÉSEK?

Kétséges, hogy az orvosok és kultisták által nyújtott palliatív kezelés megéri-e azt a hátrányt, amelyet az orvos által a pácienseknek megtanított szokás okoz.

A drogfüggőség, amelyre ezreket tanítottak, minden bizonnyal felülmúlja a nyújtott enyhülést. A fájdalomcsillapító gyógyszerek soha nem szükségesek. Huszonöt év, amíg gyógyszereket használtam, és harminchárom év, amelyben nem használtam gyógyszereket, rávilágít arra, hogy a gyógyszerek szükségtelenek és a legtöbb esetben károsak, és meg kellett, hogy győződjek arról, hogy a gyógyszerek szükségtelenek és a legtöbb esetben károsak, és azok számára érnek valamit, akik meg akarják tudni az igazságot.

*palliatív: tünetelfedő

IGEN, A NEMI BETEGSÉGEK GYÓGYÍTHATÓK GYÓGYSZEREK NÉLKÜL

Nem teszek kivételt a szifilisz alól, és készen állok arra, hogy bármikor és bárhol bebizonyítsam szavaim igazságát egy orvosbizottság előtt.

A természet gyógyít – a természet képes megszüntetni a szifiliszt, vagy bármilyen más fertőzést, ha felhagyunk minden legyengítő szokással, és racionális életmódot folytatunk.

A STIMULÁNSOK FINOMAN ALÁÁSSÁK AZ EGÉSZSÉGET.

Minden stimuláns olyan alattomos a hatásában, hogy a nem vigyázók meglepődnek, amikor többé-kevésbé a rabszolgáiknak találják magukat, amikor nem tudatosan túlzottan használják őket.

A kávé okozta fejfájás egy példa erre. Eljön az idő, amikor nem tesz jót a szokásos reggelizőcsésze. A reggeli után három-négy órával tompultság vagy bágyadtság érzése jelentkezik, amit nem lehet megmagyarázni, amíg egy barátunk nem javasolja, hogy ez talán a kávé kihagyása miatt van; de az áldozott nem

győződik meg erről, amíg többször is ki nem próbálja. Vannak, akik fejfájást tapasztalnak, másokat pedig ásítás és elnyomás gyötör a kávéfogyasztás okozta szívelégtelenség miatt.

A stimulánsok eleinte finoman csökkentik a tudatosságot – megszüntetik a fáradtságot, és aktiválják az elmét és a testet. Az érvelő elmék számára nyilvánvalónak kell lennie, hogy a kölcsönvett tevékenységért előbb-utóbb meg kell fizetni.

Az idegenergia normál termelését meghaladó használata gyengeséghez vezet. Kevés ember pazarolja az idegenergiát csak egyféleképpen. Az étel stimuláns. A túlevés túlstimuláló. Ehhez a többlethez adjunk hozzá egy vagy két másik stimulánsot – kávét vagy dohányt –, a túlzott fáradtságot, a túlhajszoltságot és az aggodalmat, és aki ilyen mennyiségű idegenenergia-elszívásnak van kitéve, az határozottan legyengültté válik. A kiválasztás messze elmarad a szükséges mennyiségtől; következésképpen a toxin felhalmozódik a vérben. Ez egy kifejezett autotoxin stimulációt ad hozzá a túlstimuláló szokásokból származóhoz, és egy ördögi kört zár be. Ez a komplexum betegséget okozó toxémiát jelent, amely állandó lesz, kivéve a toxinkríziseket – az úgynevezett akut betegségeket –, amelyek csökkentik a toxin mennyiségét, ismét felhalmozódnak és folytatódnak, amíg a testet letargiában tartó szokások kontroll alatt nem állnak. A tökéletes egészség nem érhető el, amíg az összes letargiát okozó szokást meg nem szüntetik.

A TOXÉMIA ÉS A TOXÉMIAVÁLSÁG MEGHATÁROZÁSA:

A szövetépítés folyamatában — anyagcsere — sejtépítés — anabolizmus — és sejtpusztulás — katabolizmus — zajlik. A lebomlott szövet mérgező, és egészséges állapotban — amikor az idegenergia normális — azonnal eltávolításra kerül a vérből, olyan sebességgel, ahogyan az kifejlődött. Amikor az idegenergia bármilyen okból — fizikai vagy mentális izgalom vagy rossz szokások — eloszlik, a test legyengül, amikor enervált, az eltávolítás gátolt, ami a toxin visszatartását okozza a vérben, vagyis toxémiát. A toxinnak ez a felhalmozódása, ha egyszer megtörténik, addig folytatódik, amíg az idegenergia helyre nem áll az okok eltávolításával. Az úgynevezett betegség a természet erőfeszítése a toxin vérből való eltávolítására. Minden úgynevezett betegség toxémiaválság.

BEVEZETÉS A TOXÉMIÁBA

Az orvosi világ végtelen irodalmat épített fel, amelyben (kivéve a téveseket és ingadozókat) ok-okozati elképzelések nincsenek. Az orvostudomány gazdag tudományban, de most, akárcsak a múltban, hiányoznak belőle a gyakorlati ötletek. Az átlagorvos gyakran a veleszületett józan ész nélkül nevelkedik. Ez azonban nem az ő hibája, hanem a rendszer hibája. Ő egy művelt automata. Tényekkel rendelkezik – tudományos tényekkel teli – ötletek nélkül. Fordnak vannak technikai tényei – talán nem több, mint több ezer más technikusnak, de ezeket egy olyan ötlethez kötötte, amely multimilliomossá tette. Millióknak vannak tényeik, de ötleteik nincsenek. Orvosok ezrei rendelkeznek minden szükséges tudományos adattal, de nem tudták tudományukat a józan észhez és a filozófiához kötni.

Az ok világos fogalma nélkül a gyógyulásnak annak a rejtélynek kell maradnia, ami az valójában.

A néhai Sir James Mackenzie – életében, a világ legnagyobb klinikusa – kijelentette: „Az orvosi kutatásban a cél elsősorban a betegségek megelőzése és gyógyítása.” Ha a kóros ok nem ismert, hogyan lehetséges a megelőzés vagy a gyógyítás – például egy enyhe himlő vagy más úgynevezett betegség előidézésével, egészséges ember mérgezésével, a szervezetébe juttatva az említett betegség kóros termékeit? Bizonyára csak a kóros gondolkodás juthat el ilyen következtetésekre. A vakcinák és az autogén gyógymódok betegségek termékeiből készülnek, és az az elképzelés, hogy a betegség önmagát gyógyítani képes, a

kóros gondolkodás végeredménye. Ez az állítás nem is annyira ellentmondásos, ha figyelembe vesszük azt a tényt, hogy az orvostudósok által az okok felkutatására irányuló összes kutató- és kutatómunkát halott és haldokló embereken végezték. Bármennyire is nevetségesnek tűnik, az orvostudomány elment, és még mindig megy a halottakhoz és haldoklókhoz, hogy okot találjon.

Ha a megelőzés és a gyógyítás betegséget jelent, akkor biztosan nem kívánatos a megelőzés és a gyógyítás. Ha a megelőzés megvalósítható, akkor a gyógymódokra nem lesz szükség.

Halálakor Mackenzie a megelőzés felfedezésén dolgozott. Méltóbb munkát el sem lehet képzelni. Életének tragédiája azonban az volt, hogy megelőzhető betegségben halt meg. Meggyógyíthatta volna a halálát okozó betegséget, ha az okokról alkotott elképzelése összhangban lett volna a toxémia igazságával – minden betegség elsődleges okával.

Mackenzie azon törekvése ellenére, hogy a szakmát a megelőzéssel és gyógyítással kapcsolatos igazság birtokába juttassa, anélkül halt meg, hogy helyes elképzelése lett volna arról, hogy milyen irányban keresse ezt a kívánatos tudást, amint azt olyan kijelentések is bizonyítják, mint például: „Mivel a problémánk a betegségek megelőzése, a betegség minden aspektusának teljes ismeretére van szükségünk, mielőtt lépéseket tehetünk a kialakulásának megelőzésére.” Ez az egész téma lényege. Nem a betegséget, hanem az okot „minden aspektusában” kell ismernünk, mielőtt lépéseket tehetünk a „betegség” megelőzésére. Mackenzie a következőket nyilatkozta a diagnózissal kapcsolatban:

„De valószínűtlennek tűnik, hogy az orvostudomány jelenlegi állapotában nagy különbség lenne a diagnosztizált és a nem diagnosztizált betegségek arányában számos olyan vizsgálatsorozatban, mint amilyeneket mi is végeztünk. Az arány nem az egyes szakemberek szakértelmétől vagy képzettségétől függ, hanem az összes orvosi ismeret elégtelen állapotától. Az intézeti és a magánpraxisból származó statisztikai adatok hasonlósága messze alátámasztja ezt a nézetet. Annak ellenére, hogy az intézetben többletidőt biztosítanak az általános gyakorlatban nem diagnosztizálható esetek kivizsgálására, és a speciális osztályok – klinikai csoportok – segítséget nyújtanak a vizsgálatukban, ezek a esetek továbbra is mélyen homályosak maradnak, bár tudjuk, hogy közülük fokozatosan előkerülnek az előrehaladott szervbetegségek esetei, és azok a végeredmények, amelyek a kórházi osztályok lakóinak oly nagy részét alkotják.

A tragédia pedig az, hogy sokan közülük nem szenvednek súlyos fogyatékosságban, és valószínűleg képességeink hiánya miatt nem megállítható leépülésük.

Ez nem ugyanolyan éles kritika az orvosi hatékonyság hiányával szemben, mint amilyeneket Tilden is tett?

Ez élénken eszünkbe juttatja a bostoni Dr. Cabot nemrégiben tett kijelentését, miszerint ő maga is az esetek körülbelül ötven százalékában tévedett a diagnózisaiban – amit a boncolás bizonyított. Egy ilyen kijelentés egy ilyen rangú embertől sokat jelent. Számomra ez azt jelenti, hogy a diagnózis egy értelmetlen kifejezés; mert ahogyan használják, azt jelenti, hogy felfedezzük, milyen kóros hatásokat – milyen változásokat – idézett elő egy felfedezetlen ok. A diagnózis néhány szóval azt jelenti, hogy olyan hatásokat fedezünk fel, amelyek, ha megtalálják, semmilyen fényt nem vetnek az okra.

Ismét Mackenzie-t idézem: „A betegségek ismerete annyira hiányos, hogy még azt sem tudjuk, milyen lépéseket kell tenni a tudásunk bővítése érdekében.” Mivel ez igaz, kevés mentség van arra, hogy a törvények kizárják vagy megakadályozzák a szektákat abban, hogy kevésbé káros palliatív gyógymódokat gyakoroljanak. Hány jó hírű orvos rendelkezik Sir James Mackenzie becsületességével?

Mackenzie magas és nemes ambíciói ellenére nem tudott elszakadni a szakma sztereotip gondolkodásától. A betegségek korai tüneteiről azt gondolta, ezek elrejtik okuk titkát, és úgy vélte, hogy azok alapos tanulmányozása felfedné a tényeket. De a funkcionális zavarok ugyanolyan természetűek és ugyanabból az

egyetemes okból erednek, amely minden szervi, úgynevezett betegséghez vezet. Minden úgynevezett betegség kezdettől a végéig ugyanazon evolúciós folyamat.

A patológia – a betegségek tanulmányozása – mindig is a szakma legjobb elméit foglalkoztatta, és bizonyára úgy tűnik, hogy az utolsó szót már kimondták a témában; de a nagy angol úgy vélte, ahogy minden kutató hiszi, hogy a betegségek korai tüneteinek intenzívebb és aprólékosabb vizsgálata feltárja az okot. Van azonban egy fontos ok, amiért nem, mégpedig, hogy minden tünetkomplexum – betegség – a kezdetétől a befejezéséig következmény, és lefolyásuk bármely fázisának vagy szakaszának legalaposabb tanulmányozása sem fog fényt deríteni az okra.

Az ok állandó, mindig jelen van, és mindig ugyanaz. Csak a következmények, és az a dolog, amelyre az ok hat, változnak, és a változás a legállandóbb. Szemléltetésül: A gyomornátha először irritációt, majd gyulladást, majd fekélyesedést, végül pedig keményedést és rákot okoz. Nem minden eset alakul ki szabályszerűen; csak kis százalékban alakul fekély, és még kevesebben érik el a rákos stádiumot. Többen halnak meg akut ételmérgezés vagy akut emésztési zavar útján, mint krónikus betegségek révén.

Ennek az evolúciónak a korai szakaszában mindenféle kellemetlenség van: többé-kevésbé emésztési zavarok, gyakori gasztritiszrohamok – gyomorrontás és hányás. Nincs két egyforma eset. Ideges emberek szenvednek leginkább, és némelyiküknél mindenféle ideges tünet jelentkezik – álmatlanság, fejfájás stb. A nőknél fájdalmas menstruáció és hisztérikus tünetek jelentkeznek – némelyik mogorva, másoknak epilepsziájuk van. Ahogy több krónikus tünet jelentkezik, a nyirokmirigyektől befolyásolt temperamentumúak tünetei kevésbé kínzóak. Ahogy a betegség előrehalad, néhányan sápadttá válnak és vészes vérszegénység alakul ki náluk gyomor- vagy bélfekély és rothadó fehérjefertőzés miatt; másoknál a fekély első megjelenése súlyos vérzésként jelentkezik; másoknak leromlásuk és *gyomorretenciójuk van, amelyet két-három naponta hánynak ki, amit a gyomorszáj részleges záródása okoz. Ezek általában rosszindulatú esetek.

*gyomorretenció: élelmiszer visszamaradása a gyomorban

Ha ezen tünetegyüttesek bármelyikét különálló betegségnek tekintjük, amely külön kezelést igényel, az olyan, mintha beleesnénk abba a diagnosztikai útvesztőbe, amely most összezavarja a szakmát és kaotikussá teszi a kezelést.

Minden igényes orvosnak tudnia kell, hogy a szervi betegségek legkorábbi stádiuma tisztán funkcionális, elmúló, és soha nem magától alakul ki az érintett szerv tekintetében, hanem mindig egy külső irritáció (ingerlés, ha úgy tetszik) következménye, amelyet a toxémia fokoz. Amikor az irritáció nem folyamatos, és a toxin olyan gyorsan ürül ki, ahogyan kialakult, a tolerancia pontjáig, a normális működés az irritáció és a toxinfelesleg időszakai között helyreáll.

Például: egy egyszerű nátha (orrfolyás és megfázás - nátha), gyomorhurut vagy vastagbélgyulladás. Eleinte ezek a megfázások, hurutok vagy gyulladások periodikusak és funkcionálisak; De ahogy az izgató ok vagy okok – a helyi irritáció és a toxémia – egyre intenzívebbé és folyamatosabbá válnak, e szervek nyálkahártyái szervi elváltozásokat mutatnak, amelyeket különféle nevekkel illetnek, például irritáció, gyulladás, fekélyesedés és rák. A patológia (szervi elváltozás) az ok feltárása nélkül is tanulmányozható; mert az első irritációtól a legvégsőig – leromlásig –, amelyet a tuberkulózis, a szifilisz vagy a rák általános elnevezésével lehet illetni, az egész kóros panoráma a fokozódó hatások folyamatos fejlődése.

A kóros fejlődés során felfedezhetők baktériumok és más úgynevezett okok, de ezek véletlenszerűek, egybeesőek, vagy legfeljebb járulékosak – vagy, a jogi szakkifejezéssel élve, *obiter dicta.

*obiter dictum: mellékesen mondva

A betegségek tanulmányozásának megfelelő módja az egészség és minden olyan hatás

tanulmányozása, amely kedvező vagy nem kedvező a fennmaradására. A betegség torzult egészség. Minden olyan hatás, amely csökkenti az idegi energiát, betegséget okoz. Egy betegség nem lehet önmaga oka; és nem lehet önmaga gyógymódja sem, és semmiképpen sem önmaga megelőzése.

Miután évekig bolyongtam az orvosi diagnózisok dzsungelében – a szokásos okokozati találgatások, és a kezelések találgatásnál is rosszabb megoldásai között, és egyre zavarodottabb lettem –, elhatároztam, hogy vagy felhagyok a szakmával, vagy megtalálom a betegség okát. Ehhez száműznöm kellett magam az orvosoktól és az orvosi konvencióktól; mert nem tudtam önállóan gondolkodni, miközben a bábelvilág fecsegéseit hallgattam. Megfogadtam a Máté 6:6-ban található tanácsot. Az uralkodó vélemény szerint, hacsak egy orvos nem tölt sok időt orvosi társaságokban és más orvosok társaságában, nem végez posztgraduális munkát, nem utazik stb., nem tud lépést tartani a fejlődéssel.

Ez a vélemény akkor lenne igaz, ha az orvostudományok a betegségek igaz etiológiájához (tényleges okához) lennének igazítva. De mivel ezek semmilyen okra, vagy legfeljebb spekulatív és látványos okokra épülnek, olyan instabilokra, mint a tenger homokja, az orvos, aki nem bírja a tétovázás zavarodottságát, kénytelen elrejtőzni a téves pedánsok és a tudó fecsegők hangja elől, amíg nem stabilizálódik. Addigra a kiközösítés utoléri, és a sorsa, metaforikusan szólva, Zakariás fiáé lesz.

Az igazság őszinte keresése túl gyakran, ha nem is mindig, kínpadra, máglyára, keresztre feszítéshez vagy a megtagadás áldott kiváltságához vezet; de az áldozat ekkorra már úgy dönt, mint az isteni zsidó: „Ne az én akaratom, hanem a ragyogás legyen meg;” vagy, ahogy Patrick Henry kijelentette: „Adjatok szabadságot, vagy adjatok halált!” Egy másik nagy ír ember utolsó szavai kétségtelenül minden szabadság- és igazságszerető ember kívánsága:

Hogy senki ne írja meg a sírfeliratomat; mert, ahogyan senki, aki ismeri az indítékaimat, nem meri most megvédeni azokat. Ne engedjük, hogy az előítélet vagy a tudatlanság gyötörje őket. Hadd nyugodjanak békében ők és én, és a sírom maradjon felíratlan, az emlékem pedig merüljön a feledés homályába , amíg más idők és más emberek igazságot nem tehetnek jellememnek. Amikor hazám elfoglalja helyét a föld nemzetei között, akkor, és csak akkor írják meg a sírfeliratomat. (Emmet).

Az igazság nagyobb bármely embernél, és amíg meg nem alapozódik, szószólójának emléke nem fontos. Végső soron nem az igazság az egyetlen halhatatlanság? Az ember léte egy véletlenszerű esemény. Ha felfedez egy igazságot, az mindenkinek hasznára válik, aki elfogadja. Az igazságnak túl gyakran kell könyörögnie, hogy megszabaduljon barátaitól.

Be kell vallanom, hogy nem voltam túl udvarias a közömbös konvenciókkal szemben; és az igazság, amit felfedeztem, szenvedett emiatt. Mindig is úgy tűnt számomra, hogy a téveszmék terjesztőinek figyelmét csak egy bunkó vagy bunkósbot használatával lehet felkelteni; és talán a tények előadási stílusa túl nagy sokkot okozott, és a kívánt hatás elveszett a reakcióban.

Az, hogy felfedeztem a betegségek valódi okát, nem vitatható sikeresen. Mivel ez igaz, a komolyságom, amellyel e nagy igazságot feltárom, jogos.

Amikor visszagondolok az életemre, és felidézem a küzdelmet magammal, amit a régi hiedelmeim újjal való felváltása során vívtam – a több ezer alkalommal, amikor megkérdőjeleztem saját épelméjűségemet –, akkor nem lepődöm meg azon az ellenálláson, amellyel találkoztam és találkozom.

A toxémia minden úgynevezett betegség okaként való felfedezésem lassan, lépésről lépésre, sok veszélyes buktatóval történt.

Először azt hittem, hogy az elgyengülésnek kell lennie a betegségek általános okának; aztán úgy döntöttem, hogy az egyszerű elgyengülés nem betegség, hogy a betegségnek méregnek kell lennie, és hogy a méregnek kell a betegség általános

okának lenni, önmagában kell keletkeznie; és ha a betegség egy öngenerált méregnek köszönhető, akkor mi az oka ennek az öngenerációnak? Sokáig haboztam azzal, hogy a betegséget a szervezetbe juttatott méregre vezettem vissza, például a rothadás megkezdése után elfogyasztott ételre, vagy a fogyasztás utáni rothadás kialakulása miatti mérgezésre. Idővel arra jutottam, hogy a mérgezés magában nem betegség. Megfigyeltem, hogy ahol a mérgezés nem halt meg; egyes esetekben reagáltak, és hamarosan teljesen egészségesek lettek, míg mások félig rokkant állapotban maradtak. Ugyanezt tapasztaltam a sérülések és a lelki sokk esetében is. Sokáig tartott, mire kialakult az a gondolat, hogy egy mérgezett vagy sérült test, ha nem toxémia hatja át, gyorsan visszatér a normális állapotába, és amikor nem, akkor egy beteges szokás – valamilyen zavar – állt fenn, amely valamilyen véletlenszerűséget igényelt ahhoz, hogy érzékszervi érzékelésünk tárgyává váljon.

Szemléltetésül: Az ízületi sérülés gyakran reumával szövődik; a sérülést megelőző reuma potenciálisan a vérben volt.

Hogy pontosan milyen változás történt a szervezetben, ami sérülés vagy bármilyen sokk hatására lázas reakciót okoz, azt nem értettem, amíg a toxémiás elmélet eszembe nem jutott, ami után a betegség oka könnyű és természetes módon feltárult előttem. És most az elmélet bizonyított tény.

Évekig tartó zavaros gondolkodás és „éber várakozás” után rájöttem, hogy minden betegség, bármilyen természetű is, lassan fejlődik; hogy szisztémás felkészülés nélkül még az úgynevezett akut szisztémás betegségek sem jelentkezhetnek.

Röviden: Toxémia nélkül nem lehet betegség. Tudtam, hogy az anyagcsere salakanyaga mérgező, és hogy az egyetlen ok, amiért nem mérgeződik általunk, az az, hogy olyan gyorsan kiürül a szervezetből, ahogy termelődik. Aztán arra jutottam, hogy a toxin a vérben marad, amikor a kiválasztása gátolt.

Aztán meg kellett határozni az ellenállás okát. Idővel rájöttem az okra. Tudtam, hogy amikor normális idegen energiánk van, a szervi működés normális. Aztán jött a gondolat, hogy az elernyedés a kiürülés gátlását okozza. Heuréka! Minden úgynevezett betegség okát megtalálták! Az elernyedés megakadályozza az anyagcsere salakanyagainak kiürülését. A metabolikus toxin visszatartása - a betegség első és egyetlen oka!

Azoknak, akik meg akarnak szabadulni az orvosi babona rabságából, tanulmányozniuk kell a „Toxémia magyarázata” fejezetet.

Toxémia magyarázata

Az orvosi szakmán kívül senki sem tudja olyan jól, mint maguk az orvosok, hogy milyen nagy szükség van a betegségek valódi ismeretének bővítésére. Az úgynevezett orvostudomány történetében soha nem végeztek annyi kutatómunkát, mint az elmúlt évtizedben; de minden új felfedezéssel szorosan a nyomában van a nyers és leskelődő nemezis, amely a becsületes és komoly kutatókat csontjaikig megdermeszti - az elkerülhetetlen szó, a Kudarc. Miért elkerülhetetlen? Mert az ember kezdeti gondolkodásában a kellemetlenségeiről, fájdalmairól és betegségeiről elkövette azt a szörnyű hibát, hogy valami rajta kívül álló – saját akaratán kívüli – rosszat kívánt neki. Mivel az ember vallásos állat, korán azt hitte, hogy valamilyen módon megbántotta sok istene egyikét. Az ember fejlődésének története, a betegség mint entitás gondolatának kifejlődése túl hosszú ahhoz, hogy egy ilyen könyvben többet tegyünk, mint hogy utaljunk rá. Bármelyik régi mitológiára hivatkozhatnak azok, akik elég kíváncsiak ahhoz, hogy utánajárjanak a dolognak. Az, hogy az ember még mindig átitatódott évszázados mitológiai örökséggel, élénken világított rá, amikor bevezették a csíraelméletet. Ez válaszolt a démoni megszállottság ösztönére!

Végre az ember démon – minden baja szerzője – utáni keresése jutalomban részesült, és kielégítő bocsánatot kérhetett lelkiismeretének minden látszólagos

hiányosságáért. Azonban a démonbaktérium hetven évnyi helyettesítő vezekelése az ember bűneiért fogyatkozik, és dicséretes az értelem, ha a mikróba az utolsó mentség, amit az ember a mulasztásaira és elkövetéseire saját értelme trónja előtt hozhat fel!

Az orvostudomány egy hamis feltételezésen alapul – nevezetesen azon, hogy a betegségeket külső hatások okozzák, és hogy a gyógyszerek olyan dolgok, amelyek gyógyítják vagy enyhítik a kellemetlenségeket. Az „orvosi” kifejezés az orvostudományra vagy az orvoslás gyakorlatára vonatkozik. Bármi, amit gyógyító módon használnak, a gyógyítás, a gyógyítás, a korrekció vagy a megkönnyebbülés gondolatát hordozza, és ez a gyógyítás mind az ok világos megértése nélkül történik.

Az „orvosi”, „gyógyszer”, „betegség” és „gyógyítás” szavak kézzelfoghatóvá váltak a megértésünkben, és alakítják gondolatainkat és hiedelmeinket. És ezek a hiedelmek annyira önkényesek, hogy az új iskolák és kultuszok a hagyományos felfogáshoz kénytelenek alkalmazkodni. Kijelenthetik, hogy egy sérült ideg bármely patológia oka. De nem fáradoznak azzal, hogy kiderítsék, miért hoz létre az egyik sérült ideg patológiát, a másik pedig nem.

A pszichológus nem fáradozik azzal, hogy megmagyarázza, miért okoz az aggodalom az egyik témában betegséget, a másikban pedig nem; miért gyógyít a remény az egyik témában, a másikban pedig nem; miért nem gyógyít mindig a tagadás; miért nem gyógyít mindig a hit; felteszi a kérdést azzal, hogy kijelenti, hogy nem volt elég hit stb. Nincs nagyobb bolond, mint az a bolond, aki becsapja magát.

Miért ne lehetne minden új gondolkodásmódnak visszanyúlnia az alapgondolatához – mondom, miért ne? Amíg az a gondolat, hogy a betegség valóság, egy individualitás, egy entitás, szilárdan rögzül az elmében, még a kutatókat is a hagyományos felfogás fogja irányítani és kontrollálni. Ezért minden csodálatos felfedezés hamarosan téves hiedelmet bizonyít.

Nincs remény arra, hogy az orvostudomány valaha is tudomány legyen; mert az egész struktúra arra az elképzelésre épül, hogy van egy tárgy – a betegség –, amely gyógyítható, ha megtalálják a megfelelő gyógyszert – gyógymódot, gyógymódot.

Az a szándékom, hogy bemutassam a tudományos orvoslás mindennapi gyökereit, hogy az emberek lássák a betegségekkel és a gyógymódokkal kapcsolatos képtelenségeket, amelyekben a tudomány harsánysága elhitette őket. Ezután leírom az úgynevezett betegségek okának egyetlen kidolgozott racionális magyarázatát, abban a reményben, hogy a régi és az új szembeállításával elindíthatok néhány embert a gondolkodásra és az új agysejtek építésére, amelyek idővel felválthatják a régit és a hagyományost.

Amíg a toxémiát fel nem fedeztem és nem fejtettem ki orvosi filozófiává, nem létezett igazi orvosfilozófia. A betegségek oka és gyógyítása a találgatások és spekulációk kavalkádja volt, amely minden generációban összezavarta a legjobb és legszorgalmasabb orvosi elméket.

Ma, mint még soha, a szakma legfényesebb elméi kutatómunkába merülnek, és igyekeznek
megtalálni a betegségek valódi okát. De csalódásra vannak ítélve, mert már a kezdetekben kudarcot vallanak. Miért? Mert az okok keresésében valaha is végzett összes munka a kritikai tanulmányozás és a hatások vizsgálata vonalán haladt; és az érvelő elmék biztosan nem hihetik el, hogy egy okozat lehet önmaga oka. Senki sem hisz a spontán keletkezésben. Ennek a hitnek a maradványait Pasteur megsemmisítette, amikor felfedezte, hogy a baktériumok az erjedés okozói – ez a felfedezés olyan mélyreható volt, hogy őrületet keltett az orvosi világban; és mint minden őrületes járványban, a mentális egyensúly elveszett. A baktérium fontosságát, mint a betegségek elsődleges vagy hatékony okát, önkéntelenül, akarva-akaratlanul elfogadták. Mindenkit elsodort az ár. Mint minden hirtelen hitváltozásnál, veszélyes volt nem egyetérteni a csőcselék szellemével; ezért az ellentétes vagy konzervatív hangokat elnyomták vagy kiközösítették.

A baktériumőrület két-három évtizeden át heves volt; de most már a múlté, és hamarosan, ha nem is most, holt betűvé válik. A betegségek okát mindenhol keresik, és nem kisebb személyiség, mint a néhai Sir James Mackenzie a „Jelentések a St. Andrews Klinikai Kutatóintézetről” című I. kötetben kijelentette: „A betegségek ismerete annyira hiányos, hogy még azt sem tudjuk, milyen lépéseket kell tennünk tudásunk fejlesztése érdekében.” Egy másik alkalommal ezt írta: „A betegséget csak az általa kiváltott tünetek mutatják meg számunkra; a páciens vizsgálatának első célja a tünetek észlelése, és ezért a betegség tünetei képezik tanulmányunk egyik fő tárgyát.”

A TÜNETEK ÉRTÉKE

Sir James életében valószínűleg az angolul beszélő világ legnagyobb klinikusa volt; mégis nem élte túl azt az orvosi babonát, hogy a betegség pozitív entitás, és hogy a betegség megtalálásának módja a tünetek forrásáig való visszakövetése. De ha egy tünetet a forrásáig vezetünk vissza, mi van azzal? A fájdalmat a forrásáig vezetjük vissza, és azt találjuk, hogy a fejből származik. Nem a fej okozza a fájdalmat.

Aztán azt tapasztaljuk, hogy vannak a vérbőség tünetei - túl sok vér a fejben. A fejben lévő túl sok vér nyomása okozza a fájdalmat. Akkor a nyomásnak kell lennie a betegségnek? Nem. Akkor a túl sok vér a betegség - vérbőség? Bizonyosan; a túl sok vér a fejben volt az oka. Mi okozza a vérbőséget? Azt találjuk, hogy a fájdalom egy tünet. A nyomás fájdalmat okoz; az is egy tünet. A túl sok vér a fejben nyomást okoz; ez is egy tünet. A fájdalom, a nyomás, a vérbőség mindannyian tünetek. Idővel a vererek falai meggyengülnek, és a nyomás megrepeszti az egyik eret. Az agyvérzés gutaütéses halált okoz. A megrepedt vérér a betegség? Nem. Az agyvérzés a betegség? Nem; ez egy tünet. A vérzés okozta halál a betegség?

Ha a vérzés nem elég súlyos ahhoz, hogy halált okozzon, de valamilyen bénulást okoz – és sokféle bénulás lehetséges –, akkor a bénulás betegség? Nem utaztunk végig a tünetek láncolatán a fejfájástól a bénulásig? Nem találtunk semmit, amire ezek a tünetek betegségként utalnának; és Sir James Mackenzie követelményei szerint a betegség csak tünetek formájában nyilvánul meg számunkra. Itt egy tünetlánccal van dolgunk, amely fájdalommal kezdődik, vérzéssel és halállal vagy bénulással végződik, anélkül, hogy bármilyen jelzést adna a felfogott okra. Bármely más lánc, nevezetesen a gyomortünetek, amelyek gyomorszáj rákkal végződnek, nem fognak több jelet adni a betegségre a különböző szakaszokban, mint az
előző példa.

Bármely tünetlánc első tünete a kellemetlen érzés vagy fájdalom. Bármely gyomorbetegség esetén fájdalmat érzünk, amelyet az étel többé-kevésbé súlyosbít. A nátha követi, vagy gyakrabban megelőzi – vagy amit gyulladásnak vagy gasztritisznek nevezünk. A gasztritisz a nyálkahártya megvastagodásával folytatódik. Eljön az idő, amikor fekélyesedés lép fel. Ezt betegségnek nevezzük, és gyomorfekélyként ismerjük fel; de ez csak a nátha és fájdalom elsődleges tünetének folytatása. A fekélyt eltávolítják, de a gyulladás és a fájdalom tünete továbbra is fennáll, és más fekélyek következnek. Ez az állapot végül a gyomorszáj vastagodásához vagy megkeményedéséhez vezet. Amikor ez kialakul, kisebb-nagyobb elzáródás lép fel a kivezető nyílásban, ami alkalmanként hányást okoz, és alapos vizsgálat során rákot találnak.

Ha a tüneteket az első fájdalomtól és a gyomorban fellépő nátha kezdetétől elemezzük, akkor a tünetláncot összefoglaljuk. Az első észrevehető tünet a fájdalom. Vizsgálat során a gyomor gyulladásos állapotát találjuk; és ez a gyulladás nem betegség – hanem tünet. A gyulladás a nyálkahártya megvastagodásával folytatódik, ami végül fekélyképződéssel végződik. A fekélyképződés nem maga a betegség, hanem csak a gyulladásos tünet folytatása. Ha a fekélyt eltávolítják, az nem szünteti meg a betegséget, csak egy tünetet. Ezek a tünetek addig folytatódnak, amíg a gyomorszáj megvastagszik és megkeményedik, amit ráknak neveznek. Mégis, nem fedeztünk fel mást, mint a

tüneteket az elejétől a végéig.

A rák eltávolításával a betegség mibenlétének kérdésére nem kaptunk választ. Mivel a rák a végső tünet, nem lehet az első tünet oka. Bármely más úgynevezett betegség ugyanígy kezelhető. A fájdalom és a gyulladás általában az első tünetek, amelyek felhívják az orvos vagy a páciens figyelmét arra, hogy valami baj van; és a fájdalom és a gyulladás nem a betegség. Amikor a fájdalom okát megtalálják, az is tünetként, nem pedig betegségként jelenik meg. És ez végig igaz lesz. Nem csoda, hogy a diagnoszták zavarba jönnek a betegség keresése során, mert összekeverték a tüneteket és a betegséget. A helyzet az, hogy lehetetlen a tünetlánc bármely végére rátenni az ujjunkat, és azt mondani: "Ez a betegség."

Az elemzés elején megmutattuk, hogy a fejfájás, vagyis a fej fájdalma nem betegség; és amikor befejeztük, azt találtuk, hogy a vérzés vagy az agyvérzés nem betegség – csak az elsődleges tünetek folytatásai.

"A betegség csak az általa kiváltott tünetek által válik nyilvánvalóvá számunkra." Ez a kijelentés hallgatólagosan arra utal, hogy vannak betegségek és tünetek, és hogy tüneteken keresztül találhatunk betegségeket. Amikor a tüneteket a betegségekig vezetjük vissza, egy hegymászó dilemmájában találjuk magunkat, aki egy hegy tetejére érve további csúcsokat talál, egyre magasabbakat, egyre távolabb.

Azt, hogy Mackenzie zavarba jött a fix betegség keresésében, azt következő mutatja, amit a korábban említett jelentésekből idézek:

Sok betegséget veszélyesnek tartanak számunkra, és számos kísérletet tesznek a veszély leküzdésére, anélkül azonban, hogy a természetét érzékelnék. Ez különösen igaz a járványos betegségekre, mint például a kanyaró, az influenza, a skarlát és a diftéria. Ennek következtében különböző időpontokban javaslatok merültek fel arra, hogy az e betegségekben szenvedőket valamilyen általános terv alapján kezeljék, az egyes esetek sajátosságainak figyelembevétele nélkül – és így megkapjuk azt az ökölszabályt, amely a szérum vagy vakcina válogatás nélküli alkalmazásában nyilvánul meg.

Influenzajárványok idején mindig van igény egy univerzális kezelési módszerre, és kísérleteket tesznek arra, hogy ezt a igényt úgynevezett specifikumok és vakcinák formájában elégítsék ki.

Amikor egy nagy tekintély kijelenti, hogy a veszélyes betegségeket természetük ismerete nélkül küzdik le – és ezt a csíraelmélet ellenére is –, akkor nyilvánvalónak kell lennie a gondolkodó elmék számára, hogy a csíraelméletet mérlegelték, és hiányosnak találták. Mégis, amikor tenni kell valamit, és semmi sem jobb, mint az a felfedezés, hogy "a szérumokat és a vakcinákat válogatás nélkül lehet használni".

Az, hogy az „ökölszabály” az a szabály, amely minden, a tünetekkel, betegségekkel, azok okával és kezelésével kapcsolatos gondolkodást irányít, annyira nyilvánvaló, hogy bárki, aki érvelő elmével rendelkezik, és nem tudományos hülyeséggel álcázza magát, menetközben olvassa.

Az orvostudomány szilárd tudományos alapokon nyugszik. Az anatómia, az élettan, a biológia, a kémia és az összes kapcsolódó tudomány, amely hatással van az ember tudományára, nagy tökélyre fejlődött. De az úgynevezett tünettan, a betegségek tana, a diagnózis, az etiológia és a betegségek kezelése tudományának alapjai babonákra nyúlnak vissza. Abban látjuk az ellentmondást, hogy a valódi tudományt téveszmékkel és a babonákkal keverik. A betegséget létező dolognak tartják; és ezt az elképzelést szükségszerűen egy másik követi, mint az abszurd nevű a gyógyítás. E két régi feltételezés körül végtelen irodalom nőtt ki, amely összezavarja építőit.

AZ IGAZSÁG, AHOGYAN HÍRES EMBEREK LÁTJÁK

Ha egy ember tudása nincs rendben, minél több van belőle, annál nagyobb lesz a zavarodottsága. – (Herbert Spencer.)

A zavarodottság vagy zűrzavar az orvoslás elméletére és gyakorlatára adható egyetlen magyarázat. Természetesen idősebb lett, és egyike a tanult szakmáknak. Mennyi jogos büszkeséggel mutathatnak a közemberek arisztokráciájukra – a híres halott és élő orvosok hosszú listájára? Mi tette a legtöbbjüket híressé? Ugyanaz, ami másokat is híressé tett a szakmákon belül és kívül – nevezetesen a személyes érték és a műveltség.

Franklin nem volt orvos; mégis olyan nagyszerű volt, mint bármelyik orvos, és szürkeállományát a páciensek és a nem páciensek tanácsadására is felhasználhatta. Úgy tűnt, hogy érzéke van az igazsághoz; és azt mondanám, hogy egy vezetőnek ez a képessége választotta el, és fogja mindig is elválasztani az igazán nagyokat a középszerű többségtől. Ők a kovász, amely az egész emberiség tömegét kovászolja – az a jellemvonás, amelyet nem lehetett megtalálni egész Szodomában és Gomorrában.

Volt egy másik megkülönböztető elme is a tizennyolcadik században – egy másik Benjamin, aki szintén a Függetlenségi Nyilatkozat aláírója volt – Benjamin Rush, egy orvos, egy nagyság, aki fölemelte az orvostudományt. Nagyobb volt, mint a szakmája. Olyan gondolatmagokat hagyott hátra, amelyek, ha a szakma ezek szerint cselekedett volna, megszervezték volna az orvosi gondolkodást és megakadályozták volna a mai zűrzavart. Olyan aranyrögöket hagyott hátra a feljegyzéseiben, mint:

Sok bajt okozott a betegségek *nozológiai elrendezése... A betegség ugyanolyan egység, mint a láz... Különböző helyeinek és fokozatainak nem szabadna különböző betegségekké osztódni, mint ahogy a hő és a fény bolygónkra gyakorolt számos és különböző hatásai sem tekinthetők sok nap hatásának.

*nozológia: betegségek felosztásának a rendszere

Az egész orvosi anyag fertőzött a betegségek nómenklatúrájának káros következményeivel; egy betegség ugyanolyan egység, mint a láz magassága. A betegségek mesterséges elrendezésének elutasításával forradalomnak kell bekövetkeznie az orvostudományban... Az orvostudományban való tudáshoz vezető út ily módon hasonlóképpen lerövidül; így egy fiatalember sokkal kevesebb idő- és munkaráfordítással képes lesz orvosi működésre mint korábban, mint egy gyermek, aki a latin betűk segítségével tanult meg írni és olvasni és nem kínai karaktereket használva.

A tudomány sajnálhatja a betegségek szaporodását. Ez ugyanolyan ellenszenves az orvostudományban az igazsággal szemben, mint a politeizmus a vallásban. Az az orvos, aki ugyanazon rendszer különböző részeinek minden különböző megnyilvánulását különálló betegségeknek tekinti, amikor azok egyetlen okból erednek, az indiai vagy afrikai vademberhez hasonlít, aki a vizet, a harmatot, a jeget, a fagyot és a havat különböző dolgoknak gondolja; míg az az orvos, aki a test minden egyes részének beteges megnyilvánulásait, bármilyen változatosak is legyenek formájukban vagy fokozatukban, egyetlen okból eredőnek tekinti, arra a filozófusra hasonlít, aki a harmatot, a jeget, a dért és a havat a víz különböző módosulatainak tekinti, és származásukat és egyszerűen a hő hiányából vagy meglétéből eredőnek tartja.

Az emberiségnek hasonlóképpen sok kivetnivalója van ebben az orvoslásbeli pogányságban. A kard valószínűleg örökre hüvelyébe lesz dugva, mint a halál eszköze, mielőtt az orvosok felhagynának azzal, hogy a betegségek nevének felírásával növeljék az emberiség halandóságát.

A betegségeknek csak egyetlen távoli oka van... Ezek a megjegyzések széles körben alkalmazhatók, és ha megfelelően odafigyelünk rájuk, megmentenének minket a hibák tömegétől, amelyek évszázadok óta halmozódnak fel az orvoslásban; a betegségek távoli okaikból eredő neveit értem ezalatt. Ez tudományunk legkárosabb része, kvázi szemete.

Az az orvos, aki egy betegséget meg tud gyógyítani annak elveinek ismeretében, ugyanazokkal az eszközökkel meggyógyíthatja az emberi test összes betegségét is; mert azok okai ugyanazok. Ugyanolyan különbség van egy olyan orvos tudása között, aki nemzetségek és fajok által korlátozott betegségekre ír fel gyógyszereket, és aközött, aki igazságos elvek alapján ír fel, mint valaki, aki az ég természetéről és kiterjedéséről egy kút aljáról néhány lábnyira szemlélve szerez ismereteket, és más valaki között, aki egy hegy tetejéről az egész égboltot szemlélve szerzi ismereteit.

Éppen annyira szeretném elhinni, hogy a Természet Szerzője a mandulalikőrt szánta az ember egyetlen italának a víz helyett, mint amennyire azt hiszem, hogy egy egész város vagy nemzet egészségével és életével kapcsolatos ismeretek egy emberre vagy egy kis vagy kiváltságos embercsoportra korlátozódnak.

E tények rövid áttekintéséből az értelem és az emberiség felébred az orvostudományban eltöltött hosszú pihenőjéből, és egyesülve kijelenti, hogy itt az ideje, hogy a pestises járványok gyógyítását kivegyük az orvosok kezéből, és a nép kezébe adjuk. A boncolások naponta meggyőznek minket arról, hogy nem tudjuk, hogy mi a betegségek góca, és pironkodunk a felírt receptjeink láttán.... Milyen hibát követtünk el hamis tények, és ha szabad ezt mondanom, hamis elméletekbe vetett hitünk alatt! Segítettünk a betegségek sokszorozásában. Sőt, többet tettünk – növeltük a halálozási arányukat.

Nem fogok megállni, hogy bocsánatot kérjek a szakmától, amiért ilyen nyilvános módon elismerem hivatásunk gyengeségeit. Én az igazságot követem, és amíg a tekintetemet a vezetőmre tudom szegezni, közömbös vagyok aziránt, hogy merre vezetnek, feltéve, hogy ő a vezetőm.

Oliver W. Holmes, M. D., olyan ember volt, aki méltóságot és tiszteletet adott a hivatásnak. Olvasott ember volt, és kezdetétől a végéig mindig felül emelkedett hivatásán. Egyszer azt mondta: „Szilárdan hiszem, hogy ha az egész orvosi anyagot a tenger fenekére süllyeszthetnénk, az csak jobb lenne az emberiségnek, de csak rosszabb lenne a halaknak.” A „Reggeliasztal-sorozatot” a jövő intelligens emberei fogják olvasni, akik semmit sem fognak tudni Holmes küzdelméről a nőkért a nyáj-orvosok piszkos kezei között és annak következményeiről – a gyermekágyi lázról.

Az *„AEquanimitas” Oslert az intelligens emberek fejében fogja tartani. „Osler orvosi gyakorlata” csak a bibliománok boltjaiban lesz megtalálható. Az olyan emberek, mint Osler, megakadályozzák, hogy a középszerű orvoslás holt súlya a feledés homályába merüljön, kiváló személyiségükkel és irodalmi csiszolásukkal díszítve az orvosi tévedéseket. Minden korban a legkiválóbb elmék megérezték az igazságot a betegségek okával kapcsolatban, és ez segítette a küzdelmet az orvosi őrültségekkel és ostobaságokkal szemben.

*AEquanimitas: William Osler orvosi tárgyú esszéje 1889-ből

Az orvosi nyáj igen meghökkentő képét festette meg „Anonymous” az „Egyesült Államok civilizációja” című „Orvostudomány” című esszéjében.

Fentebb megjegyeztük, hogy az orvostudomány tudománytalan jellegének és az orvosok tudománytalan jellegének egyik fő oka a túlzott hiszékenységükben és az önálló gondolkodásra való képtelenségükben rejlik. Ezt az állítást alátámasztja a Nemzeti Kutatási Tanács által nemrégiben közzétett, az orvosok intelligenciájáról szóló jelentés is. Többé-kevésbé megbízható pszichológiai tesztek szerint ők a legalacsonyabb intelligenciájúak az összes hivatásos férfi közül, kivéve a fogorvosokat és a lóorvosokat. A fogorvosok és a lóorvosok tíz százalékkal kevésbé intelligensek. De mivel az alkalmazott kvantitatív módszerek minden bizonnyal tíz százalékos vagy akár nagyobb kísérleti hibát hordoznak, nem biztos, hogy a két szerényebb szakma képviselői nem rendelkeznek-e azonos vagy akár nagyobb intellektuális képességekkel. Jelentős, hogy a mérnökök vezetik a listát az intelligencia tekintetében. Valójában hatvan százalékkal magasabbra értékelik őket, mint az orvosokat.

Ez a nagy eltérés érdekes pszichológiai vizsgálódásokra csábít. Az orvosok sajnálatos intellektualitási hiányának oka nem a szigorú intellektuális fegyelem hiánya? Sok körülmény teszi őt intellektuális csalóvá. Szerencsére számunkra, a legtöbb betegség magától gyógyul. De természetes, hogy az orvos a természet ezen kegyelmét a maga javára fordítja, és azt sugallja, hogy ő gyógyította meg John Smith-t, amikor valójában a természet tette a dolgát. Épp ellenkezőleg, ha Smith meghal, a jó orvos használhat egy kegyes kifejezést, és azt sugallhatja, hogy saját hihetetlen képessége és hatalmas erőfeszítése ellenére Isten (vagy a természet) akarata volt, hogy John elmenjen.

A mérnököt már nem érheti ilyen kísértés. Hidat épít, vagy épületet húz fel, és biztosan katasztrófa követ minden számítási hibát vagy építési hibát. Ha ilyen katasztrófa történik, azonnal hiteltelenné válik, és eltűnik a szem elől. Így olyan magas szintű intellektuális szigort és fegyelmezettséget követelnek tőle, amely teljesen ismeretlen az orvosok világában.

A kritikus úgy tűnik, azt gondolja, hogy "az orvosok tudományellenes jellegének egyik fő oka a veleszületett hiszékenységükben és az önálló gondolkodásra való képtelenségükben rejlik". Feltételezem, arra gondol, hogy az orvosok nem tudnak önállóan gondolkodni; mert ha az orvostudomány, legyen az tudományos vagy tudománytalan, egyáltalán tudna gondolkodni, akkor talán ki tudná magát rántani a jelenlegi zűrzavarból.

Az egyetlen dolog, ami minden orvost fölment a fenti vád alól, az az, hogy nem vizsgáztatják őket a betegségek okáról és kezeléséről. Ha az átlagorvosok alulteljesítenek a „megbízható pszichológiai teszteken”, az nem sokat mond a felsőoktatásról, amely néhány évvel ezelőtt oly sok orvosi egyetemet tett tönkre. De ezek a pszichológiai tesztek illeszthetők olyan oktatási szabványokhoz, amelyeket az intelligencia kihagyásával állítanak össze. Az intelligencia, ahogy a betegségek oka is, egy természeti erő, amely megfelelő környezetben használható; de nem lehet monopolizálni az egész emberiség kizárásával. Gladstone ifjúkorában tanára pszichológiai tesztjén megbukott, és a teszt javíthatatlannak nyilvánította; mégis nyolcvanhat évesen baltát forgatott és Vergiliust fordított.

TUDOMÁNYOS TESZTEK

Az embereknek nem szabad túl komolyan venniük a tudományos teszteken alapuló ítéleteket, ahol az egész nagyon nagy részét a tudományos valószínűség és feltételezés teszi ki. A New York Life Insurance Company több mint ötven évvel ezelőtt elutasított.

„Anonim”, bárki is legyen, jól ír, és mint egy képromboló stílusa, a stílusa meglehetősen vonzó. De hogy ne legyen baja, jól tette, hogy lesből kritizált; mert kiváló célpont lett volna. Véleményem szerint ugyanolyan sebezhetőnek tartom, mint bármelyik A típusú hivatásos embert. Orvosi szakértelmét mutatja, amikor ezt mondja: „Minden szörnyű bánat közül, amely sújt minket, néhány gyógyítható vagy enyhíthető gyógymódok adagolásával.” Ezt olyan orvosok mondták, akik kétszázötven éve halottak, és nem voltak higgadtabbak, mint a mai „Anonymous” irodalmi osztályának orvosai.

„A szörnyű betegségek” nem „sújtanak minket”. Ha betegségek sújtanak minket, azok a mi építőköveink; és mindaz, amit a kényelem és az egészség visszanyeréséhez tennünk kell, az az, hogy felhagyunk a betegségek építésével; akkor a tudatalattink elfoglalja magát a ház takarításával.

„Anonymous” kijelentése száz százalékos tévedés. Azt mondja: „Néhányan meggyógyulhatnak.” Ez enyhe kijelentés a tudományos orvoslás egyik lesből támadt császárától. Feltételezem, hogy arra gondol, hogy van egy feltételes lehetőség, hogy néhányan meggyógyulhatnak. Ez hamis; mert a „betegségek” vagy betegségek nem gyógyíthatók. A természet – a tudatalattink – teljes monopolhelyzetben van a gyógyítást illetően. A gyógyítás a természet kiváltsága, és ha akarná, sem ruházhatná át orvosokra vagy az orvostudományi akadémiákra.

Micsoda dicsőséges örökség, amelyet a hatalmasságok adományoznak! Micsoda szomorú helyzetben lenne az emberiség, ha az orvosi fogyasztói kereskedelem monopóliummal rendelkezne a páciensek gyógyításában vagy kikúrálásásában! Azonban nagyon jól megy neki, mivel mindenféle álcázott gyógymódot árul. De amikor az emberiség teljes mértékben felismeri azt az igazságot, hogy az elmúlt időkben egy olyan hatalom látszatát vásárolta, amely felett ő egyedül birtokol monopóliumot, az öreg, ősz hajú *Aszklépiosz szobrát leveszik és tönkreteszik – bottal, kígyóval, mindennel együtt.

*Aszklépiosz: a gyógyítás görög istene

„Névtelen”, attól tartva, hogy a „Néhányan meggyógyulhatnak” kijelentések túl erősek, hozzátette a módosító „vagy enyhülhetnek” kifejezést; Ami orvosi szakkifejezéssel palliatív, enyhülést stb. jelent. Ez valójában a teljes igazság az úgynevezett gyógymódokról vagy kúrákról. És amikor megismerjük az igazságot, hogy a gyógyítás, vagy a betegség leküzdésének és a gyógyulásnak az ereje teljes mértékben a tudatalattiban van és személyes, tudni fogjuk, hogy a gyógyítás és a palliatív ellátási szerek – gyógyszerek, szérumok, oltások, műtét, az erőnlét fenntartására szolgáló táplálás stb. – adagolása felesleges, macerás, és olyan, mintha egy *majomcsavart dobnánk a gépezetbe.

*majomcsavar: franciakulcs

Miután kritizáltuk „Anonymoust” azért, amit – következtetések alapján – képvisel, idézzük a minket sújtó „szörnyű” betegségek kezeléséről szóló mondásának további részét. Továbbá kijelenti: És ugyanilyen kis számban javultak vagy szűntek meg sebészeti beavatkozással. De a sebészet által gyógyítható betegségek viszonylag kevés száma ellenére is hatalmas a jól menő sebészek száma az országban. Pasteur alapvető felfedezéseit és azok Lister általi briliáns alkalmazását gyorsan felkarolták Amerikában. Bull, Halstead, Murphy, a Mayo, Cushing és Finney testvérek nevei bármelyik nemzet legjobb sebészei nevei mellett említhetőek. Valójában azt mondhatjuk, hogy világelsők vagyunk – hogy találó amerikai kifejezéssel éljek – a sebészek [és a sebészeti berendezések] gyártásában, ahogyan az autók, babakocsik és antik bútorok gyártásában is.

„Néhány betegség gyógyítható vagy enyhíthető.” Én azt mondom, soha nem gyógyítható; és az enyhítés az betegség építésének egyik formája.

Egy törékeny nő lett a páciensem, miután huszonkét évig migrénben szenvedett, és huszonkét különböző orvostól – néhányan széles körben ismertek, az egyikük országos hírű neurológus volt – többé-kevésbé palliatív kezeléseket kapott. Többségük azt mondta neki, hogy nincs gyógymód, de ha megváltoztatja az életét, a fejfájásai megszűnnek. Ez egy „barom” találgatás volt; kijelentette, hogy a szenvedései az elmúlt két évben, a menstruációja megszűnése óta, nagyobbak voltak, mint valaha. Hogy a tizenöt vagy húsz orvos által tett pszichológiai feltételezés, miszerint egy adott ideig nem fog meggyógyulni, mennyiben volt köze a fejfájás elhúzódásához, azt senki sem tudja megmondani. A gyógyszeres palliatív kezelés mindig hajlamos gyengíteni és toxémiát okozni. Ennek a nőnek a morfium injekciója enyhítette a tüneteit – egy ördögi kezelés. Törvénynek kellene lennie az ilyen visszaélések ellen. De a többség soha nem sújtja magát tiltó törvényekkel.

Receptem a következő volt: Tilos a dohányzás otthon (mivel a férj megrögzött dohányos); maradj ágyban; böjtölj, vegyél kádfürdőt és végezz beöntést minden este, amíg a fejfájásroham el nem múlik.

A rohamok hetente jelentkeztek, keddtől kezdve, és péntekig a nőt ágyba kényszerítették. Elrendelték, hogy forró fürdőt vegyenek a teljes enyhülés érdekében, még ha ez egy órát is vesz igénybe. A betegnek, mióta a páciensem lett, csak egyetlen rohama volt, és az háromnegyed órán át tartott egy forró fürdőben a fájdalom enyhítéséhez. A férj nagyon fellelkesedett amiatt, hogy a felesége huszonkét év után először gyógyszerek nélkül tud megbirkózni a fájdalmával. Az örömkitörésére ezt írtam: „A dohányzás és az orvos gyógyszerezése okozta az ön felesleges szenvedését közel negyed évszázadon át.”

Bármilyen fájdalom gyógyszerezése megakadályozza a megszűnést és megakadályozza, hogy az emberi szervezet megtisztítsa a házat. Ebben a migrén-esetben, valahányszor egy kiküszöbölő krízis alakult ki, az orvos becsapta a kijárat kapuit, és morfiummal elreteszelte. A receptem megfordította a sorrendet; az összes ajtót kinyitotta, aminek eredményeként soha többé nem fájt a feje a forró fürdő alkalmazása után. Természetesen utána dolgoztam étkezési és egyéb szokásain is. Az az ember soha nem beteg, akinek nincsenek rossz szokásai.

Körülbelül ugyanebben az időben tanácsot adtam egy másik nőnek, aki tizenhat éven át hetente migrén-rohamoktól szenvedett. Az első esethez hasonlóan őt is sok orvos gyógyszerezte; én azt mondtam neki, hogy nem kell gyógyulást keresnie életmódja megváltozása után. A nőnek is már csak egy rohama volt, miután felhagyott a gyógyszeres palliatív kezeléssel, és néhány változtatást eszközölt a napi szokásaiban.

Két páciensnek volt olyan „szörnyű nyavalyája”, amelyet értelmetlen és bűnös gyógyszerezés tartott „szörnyű” állapotban – ráadásul olyan orvosok javaslatára, akik kiváló minősítésű főiskolákon szereztek diplomát.

Erre a két esetre hivatkozom annak illusztrálására, hogy mit ért „Anonymus” az alatt, amikor azt mondja: „Kevés betegség gyógyítható vagy enyhíthető”. A migrén nem gyógyítható; és ha a doppingolás, ahogyan ezt a két esetet is doppingolták, enyhítő hatású, akkor valamilyen más nevet kell használni az eljárás megnevezésére.

KRÍZISEK

A toxinfilozófia szerint minden úgynevezett betegség a toxémia krízise; ami azt jelenti, hogy a toxin a tolerálhatósági pont fölé halmozódott fel a vérben, és a krízis, az úgynevezett betegség – nevezzük megfázásnak, „influenzának”, tüdőgyulladásnak, fejfájásnak vagy tífusznak – egy helyettesítő elimináció. A természet igyekszik megszabadítani a szervezetet a toxintól. Bármely kezelés, amely akadályozza ezt az eliminációs erőfeszítést, megzavarja a természet öngyógyító erőfeszítéseit.

A gyógyszerek, az etetés, a félelem és a munkára kényszerítés megakadályozza a eliminációt. A megfázás krónikus nátha formájában jelentkezik; az „influenza” fertőzött állapotba kényszeredhet; A tüdőgyulladás halálos kimenetelű lehet, ha gyógyszerekkel elállítják a váladéktermelést; már tudjuk, mi lesz a fejfájással; a tífusz szeptikus állapotba kerül, és jelentősen elhúzódik, vagy akár megöli a pácienst.

A fentiek azt szemléltetik, hogyan „gyógyítható vagy enyhíthető néhány eset”. De a történet más, ha a kezelőorvos tudja, hogy minden úgynevezett betegség a toxémia – a természet nagytakarításának – krízisét jelző tünetek komplexuma. És ő – a természet – csodálatra méltóan sikeres lehet, hacsak nem avatkoznak bele a méregárusítók, akik egy képzeletbeli, valahol a szervezetben lappangó entitás elpusztítására törekszenek, amelyet a gyógymódok vagy enyhítő szerek jelentősen fokoznak és felerősítenek.

Valódi öröm az orvosnak, aki tudja, hogy semmit sem tud meggyógyítani, nézni, ahogy a természet mindezeket a tüneteket eliminálva leveti magáról, ha hajlandó egy kicsit „éberen várni” és „távol tartani a kezét”. A páciens legtöbbször jól érzi magát, és amikor megkérdezik, hogy van, azt mondja: „Jól érzem magam; jól vagyok.” A páciensek soha nem válaszolnak így, ha gyógyszert és ételt kapnak. Igen, amikor a természetet nem akadályozza a szorgos szakmai beavatkozás, a páciensek igazat mondhatnak, amikor már túl vannak a háztakarítás krízisén: „Nagyon kellemes betegségem volt.”

A természet nem bosszúálló. A páciensek javíthatatlansága és az orvosok jó szándékú, de harcias erőfeszítései nagy szenvedést, krónikus és halálos betegségeket okoznak, akik szüntelenül harcolnak a képzelt ellenséggel. Az emberek annyira át vannak itatva azzal a gondolattal, hogy a betegséggel a

végéig kell küzdeni, hogy nem elégszenek meg a konzervatív kezeléssel. Valamit tenni kell, még akkor is, ha az életükkel fizetnek érte, ahogy azt évente tízezrek teszik. Ez az orvosi babona oltárán való halálra való hajlandóság az egyik nagyon fontos oka annak, hogy miért nem történik valódi előrelépés az alapvető orvostudományban. Amikor az emberek oktatást követelnek – nem gyógyszert, oltást és immunizálást –, meg is kapják.

Nincs mit tennie egy orvosnak? Igen, persze! Mosolyogva és vidám szóval kell belépnie a betegszobába, szagoktól mentesen, rendezetten és tisztán; természetesnek és szenvedélymentesnek kell lennie. Nem szabad elmondania, hogy hány szobafogságra utalást végzett előző este, vagy hány ezret az elmúlt tíz évben. A professzionális lobbizás nem helyénvaló a betegszobában. A pácienseknek bízniuk kell az orvosukban; és ha sokat hazudik orvospolitikai szempontból, a páciens tudni fogja, és ez lerombolja az önbizalmat.

Naponta beöntést kellene javasolnia – gyomormosást, ha szükség van rá; valami meleget a lábnak; tökéletes nyugalmat; semmilyen ételt, sem folyadékot, sem szilárd anyagot, és határozottan semmilyen gyógyszert, de annyi vizet, amennyit kíván; meleg fürdőt éjszaka; forró fürdőt, ha szükséges, fájdalom esetén, és olyan gyakran, amennyi szükséges a kényelem biztosításához. A pihenés, a meleg, a friss levegő és a csend gyógyító hatású. Ezután az orvosnak a betegét a megfelelő életmódra kell oktatnia, hogy elkerülje a jövőbeni toxémia-válságokat.

Amikor ezt a rendszert alkalmazzák, és a Doktor Természet teljes mértékben átveszi az irányítást, a "Névtelen" pesszimista kijelentése, miszerint "néhány betegség gyógyítható vagy enyhíthető", így módosítható: Minden akut, úgynevezett betegség gyógyítható; És a páciens gyógyult marad, ha önuralmat gyakorol a toxémia okozta legyengítő szokásokkal kapcsolatban. Ahol ezt hűségesen végrehajtják, soha nem fognak úgynevezett krónikus betegségek kialakulni.

MINDEN BETEGSÉG, AMI EGYSZER ÁRTATLAN VOLT

A rák, a tuberkulózis, a Bright-kór és minden krónikus betegség egykor ártatlan megfázás volt, amelyet „enyhítettek”, és amelyek újra és újra visszatértek és „enyhültek”; mindegyik alkalommal nagyobb alkati gyengüléssel és a toxinmérgezéssel szembeni nagyobb alkati toleranciával jártak együtt, ami nagyobb nyálkahártya-igényt igényelt a toxin eltávolításához.

A kutatások erőteljesen folynak a betegségek okának megtalálására; a betegség egyénre szabott. Itt találkoznak a kutatók a Waterloo-jukkal Még a szervi elváltozás is, ha a szerv nem pusztul el, leküzdhető az életmód korrekciójával és az ok – a toxémia krízise – megszüntetésével.

A rák okának megtalálásához kezdjük a megfázással és a náthával, és figyeljük meg a patológiát, ahogy az irritációtól, náthától, gyulladástól, keményedéstől, fekélyesedéstől a rákig terjed.

Ugyanígy próbáljuk megtalálni az ember okát azáltal, hogy figyelmen kívül hagyjuk a fogantatását, az embrionális életét, a gyermekkorát, a férfiasságát stb.

Az összes úgynevezett betegség minden tünetének egyetlen eredete van. Minden betegség egy. Az egység minden dologban a természet terve. A politeizmus eltűnt, és mindennek, ami ehhez kapcsolódik és ebből fakad, el kell tűnnie.

NYÁJ-HIEDELMEK

Kevésen ismerik fel az ember lehetőségeit, ha a fogyatékosságai megszűnnek – a régi hiedelmek és nyájösztönök.

A toxémia filozófiája azon az igazságon alapul, hogy nincs olyan, hogy gyógymód. Ebben különbözik az összes úgynevezett gyógyító rendszertől. Minden gyógyulásra vonatkozó álság vagy ígéret, a terápiák minden területén, hamis. Ezt nem mindenki értheti meg, amíg a gondolkodásra szánt idő nem engedi, hogy az eszme

beépüljön. A konvenciók és a babonák jutnak szóhoz, és nem hajlandók leülni és meghallgatni a másik oldalt. Sokan lassan tanulnak, mások egyáltalán nem, és megint másokat az igazság altat el mentálisan.

Minden generációban vannak ökrös szekérhez hasonló elmék. A legutóbbi, Tennessee állambeli Daytonban történt esetnek ki kellene gyógyítani azt a képzetet, hogy a világ kinőtte a babonákat. Egész életemben mindenféle orvosi babonával küzdöttem, és tudom, hogy a tiszta gondolkodású elmék annyira kevesen vannak, mint ahány foga van a tyúknak. Sokan dicsérik világos érvelésemet orvosi témákban; de abban a pillanatban, hogy átlépem etikai, erkölcsi és teológiai területük határát, határozottan emlékeztetnek a vétkemre. Még a saját szakmám is gyorsan bemocskolja érvelésem vizét azzal, hogy kijelenti, hogy hitetlen vagyok – egy olyan szó, amely undorral tölti el a választottakat. Ki hitetlen? Aki elutasít egy értelmetlen konvenciót. Nem utasította el Krisztus a Jehova-kultuszt?

Az átlagelme a régi értelmezést részesíti előnyben az „új divatú” definíciókkal szemben. Amíg a világ nem állapodik meg egyetlen szótárban, egyetlen Bibliában és egyetlen Istenben, a félreértések „teáskannájában” tomboló vihar tovább fog tombolni, az atomizált fundamentalistákat az égbe, az anatómiai modernistákat pedig a pokolba küldve.

Természetesen Isten teremtette az embert. Mindent ő teremtett. De miért ne derítenénk ki, hogyan is teremtette őt? Bizonyára van annyi „dicsőség Istennek” abban, ha felfedezzük, hogyan tette, mint abban, hogyha elfogadunk egy infantilis értelmezést, amely a mai napig sehová sem vezetett. Amikor megtudjuk, hogyan van teremtve az ember, akkor meg fogjuk érteni létezésének törvényeit; és nem lesz szükséges, hogy agyvérzésben, epehólyag- vagy vesekőben, artériák elmeszesedésében vagy bármilyen más úgynevezett betegségben haljon meg, amelyet teste és elméje törvényeinek megszegése okoz.

Ha teljesítjük a kötelességünket gyermekeink iránt, megtanítsuk-e nekik létezésük törvényeit és azt, hogyan tiszteljék őket, vagy folytassuk a régi utat, és amikor megbetegszenek létezésük törvényeinek megszegésétől és tönkreteszik egészségüket, hívjunk egy sebészt, aki kivágja Isten hibáit? Gondoljuk át; vagy, ha túl fanatikusak vagy bigottak vagyunk ahhoz, hogy gondolkodjunk, fizessünk egy sebésznek, hogy kivágja a helytelen életmód következményeit, és folytassa az esetet.

ÉRTELMEZZÜNK EGYÜTT!

Nézzünk egy kis otthonos érvelést. Hajlamosak vagyunk lenyűgözöttnek lenni a „végtelen” szótól. A végtelen határtalan a mi korlátozott felfogásunk számára – ez egy relatív fogalom és kétértelmű; de ahogy gyarapodunk a tapasztalatban, egykor korlátozott felfogásunk kibővült dimenziókat ölt. Minden ember végtelenje személyes és különbözik minden más ember felfogásától. Nem tudunk a határtalanban gondolkodni, és nem is szabad próbálkoznunk; mert ha ismerjük egy atom só analízisét, akkor ismerjük a világban található végtelen mennyiség analízisét. Ez minden elemre igaz. Ha ismerjük egy font vaj analízisét, akkor ismerjük a világban található végtelen mennyiség analízisét. Ha mindent tudunk egy emberről, akkor mindent tudunk minden emberről. Ha tudjuk, mi a véges szeretet, akkor tudjuk, hogy a végtelen szeretet ugyanolyan jellegű.

Tegyük lábunkat a földre – maradjunk a földön – és legyünk elégedettek azzal, hogy minden világ olyan, mint a mi világunk.

HOGYAN MÉRJÜK MEG A VÉGTELENT

Mindent tudunk egy rész intenzív tanulmányozásával. Ha mindent tudunk egy betegségről, akkor mindent tudunk az összes betegségről.

Mindent el fogunk mondani az olvasónak a toxémiáról, és akkor ő minden betegségről tudni fog; mert a toxémia minden betegség alapvető oka.

Ahelyett, hogy bármely témát felülről kezdenénk, alulról kell kezdenünk, és felfelé haladnunk. Véges elménk szokásos módja, hogy hittel elfogadja a végtelent; ilyenkor számunkra a felfogható nem egyezik az előítéletünkkel, hitünk megdöbben, hitünk háza meghasonlik önmagával, és elbukunk. Ez az utak elválása; és össze kell egyeztetnünk hitünket és tudásunkat azáltal, hogy hitünket arra a meggyőződésre helyezzük át, hogy minden tudáshoz a felfoghatón keresztül vezet az út. Vagy ezt kell tennünk, vagy kétségben kell élnünk a megismerhetővel kapcsolatban, és hittel el kell fogadnunk a megismerhetetlent.

Minden igazság minden más igazsággal összhangban áll; a tudomány és az értelem minden ága egységbe olvad. Az élet törvényei a kozmosz törvényei; az univerzum törvényei Isten törvényei. Az Isten megértéséhez vezető út a sziklától az emberhez, és az emberen keresztül Istenhez vezet. Minden lépésnek egy igazságtömbnek kell lennie, különben Isten, a cél, kimarad. Íme a keresztény világ frontális ütközése és a nagyszabású mészárlás, amely a világháború alatt történt - mindez a megemésztetlen igazság miatt. A világ tele van igazsággal; de a mentális emésztési zavar, amely a rossz ételkombinációk miatt van, egyetemes.

Sokan azt hiszik, tudják, mire gondolok, amikor a "toxémia" szót használom, miután a szótárban kerestem a definícióját.

TOXÉMIA, AZ ÖSSZES ÚGYNEVEZETT BETEGSÉG ALAPVETŐ OKA

Toxinmérgezés – Toxin: Bármely állati, bakteriális és növényi eredetű mérgező vegyület – bármilyen mérgező *ptomain. (Standard Dictionary.)

*ptomain: élelmiszer-méreg

A vér olyan sokféleképpen mérgeződhet, hogy hacsak nem értjük meg alaposan, hogy mit értünk „toxémia” alatt, zavaros értelmezésre van szükség. Ez a magyarázat azért vált szükségessé, mert még a szakemberek is azt mondták nekem: „Ó, igen, hiszek a mérgezésben, amelyet a visszatartott váladékok okoznak (székrekedés) és a ptomain (étel)mérgezés.”

Amint azt korábban említettük, a ptomainmérgezés, amelyet olyan étel fogyasztása okoz, amely rothadó állapotba került, vagy az ételben bekövetkező ilyen változásból eredő mérgezés, amelyet általában autotoxémiának neveznek, nem autogenerált mérgezés. Mindkét méreg a testen kívül keletkezik, és fel kell szívódnia, mielőtt a vér megmérgeződhetne. A belekben lévő étel vagy méreg továbbra is a testen kívül van. A gennyes seb, fekély vagy fekély a testen kívül található, és ha vérmérgezést okoz, az azért van, mert a salakanyagok nem tudnak elfolyni – elmenekülni. Ha a kiáramlás elzáródik, vérmérgezést okoz, és kényszerített felszívódása megmérgezi a vért. Még a vakcinia sem okoz vérmérgezést, mert a mérge a felszínen – a testen kívül – ürül ki. Esetenként a salakanyagok a hibás kötések miatt kénytelenek a vérbe jutni; ekkor vérmérgezés következik be, ami halálhoz vezet.

A HALÁLOS CSÍRA

Nem szabad elfelejteni, hogy a sebekből, fekélyekből, csatornákból, vezetékekből való akadálytalan szabad elfolyás aszeptikus (nem mérgező) állapotban tartja azokat. A kezeken, ajkakon, ivópoharakon, utcai autók akasztóin található halálos kórokozó – amely valójában bárhol és mindenhol megtalálható – nem halálos, amíg nem keveredik az ember halálosan piszkos, mocskos fizikai és mentális szokásaival. Vannak emberek, akiket nem lehet megtanítani a tisztaságra; vagy nyersen súrolják a testüket, vagy állandóan elhanyagolják azt. Művészet ruhát viselni és az egészségre jótékony tisztasági állapotot fenntartani. A nemi betegségeket és minden bőrbetegséget, beleértve a kiütéses lázat is, a ruhák elősegítik. Több van, mint előítélet, fanatizmus és pártoskodás a szifilisz, az oltás és a himlő rokon kapcsolatára tett ismételt utalásaimban. A rokonság már régen rendeződött volna, ha az oltás és a vakcinia nem lenne kereskedelmi forgalomban. Vajon azok, akik milliókat fektettek be és nagy osztalékot termelnek, készségesen meggyőződnek arról, hogy az emberek tömeges szifiliszezésében vesznek részt? Ez nem áll összhangban a mi

kereskedelmi vallásunkkal.

A halálos kórokozót össze kell keverni a visszatartott, felgyülemlett savanyú anyagokkal, mielőtt átalakulna halálosan mérgező állapotába. A kutya vagy más állat kinyalja a sebéből. Amikor a „halálos kórokozó” a szájba, majd onnan a gyomorba jut, megemésztődik. A test normális váladékai, mind kívül, mind belül, több mint elegendőek ahhoz, hogy megússzák az összes „halálos kórokozót”, amely minden egyes emberre jut.

A normális emberek halálosak minden, az emberi élőhelyre jellemző kórokozóra és parazitára. A normális embereknek nincs szükségük mennyországra vagy pokolra; ezek a tudatlanság és a mocsok képzelgései a mesterséges immunizálás keresésében. Az igazság immunizálja a kórokozókkal kapcsolatos téveszmét.

A gyógymódok és az immunizálás egy olyan civilizáció termékei, amely nem civilizálódik. A hitvallás gyógymód és immunizálás azok számára, akik jók lennének, ha a gonosz nem lenne közöttük.

Az önuralom és a kiváltságaink korlátainak ismerete a legjobbat hozza el nekünk az életben; akkor, ha megelégszünk azzal, hogy egyszerre csak egy világban élünk, akkor a legjobban felkészülhetünk a holnapokra (jövőre), ahogy azok jönnek. Ha ma jól élünk – ma a szellem és a test egészségéért élünk –, nem kell aggódnunk a holnap érkező baktériumok miatt.

Azok, akik ma a baktériumoktól való félelmet hirdetik, azoknak a szellemi utódai, akik a múltban Istentől, az ördögtől, a pokoltól és a mennyországtól való félelmet hirdették. Nem tudják, hogy a félelem, amelyet beléjük nevelnek, jobban rettegendő, mint a figyelmeztetésük tárgya. A félelem ezerszer több kárt okoz, mint a toxémia bármely más oka.

A természet a határait feszegeti minden méreg megelőzésében vagy felszívódásában. A fekély aljánál kialakuló megkeményedett fal konzervatív intézkedés – a felszívódás megakadályozására szolgál. A megelőzés terén a természet néha túl messzire megy, és olyan sűrű daganatokat és megkeményedéseket épít fel, amelyek elzárják a vérkeringést; majd degeneráció következik be, a szeptikus anyag lassú felszívódásával. Ez a mérgezés nagyon alattomosan zajlik le. Kachexiának (leromlásnak) nevezik, és ennek a kóros állapotnak a neve szifilisz vagy rák; vagy ha a tüdőben van, akkor tuberkulózisnak.

Ez talán nagyon eltérőnek tűnik a toxémia témájától; de mivel minden kóros út Rómába vezet – minden betegség egységébe –, a bocsánatkérés szükségtelen.

AZ ORVOSI VILÁG GYÓGYMÓDOKAT KERES

Az orvosi világ a betegségek gyógyítására szolgáló gyógymódot keresi, annak ellenére, hogy a természetnek nincs szüksége orvosságra – csak egy lehetőségre van szüksége, hogy gyakorolja saját öngyógyító előjogát.

Néhány évvel ezelőtt egy beteg orvos dollárokat ajánlott fel a rák gyógyítására. Ha ismerte volna a betegség okát, ahelyett, hogy tudományosan képzett lett volna, nem halt volna meg a gyógymód lehetőségében híve, miután a természet elengedte volna örök alkalmatlansági rendeletét az esetében. A rák az évekig tartó helytelen táplálkozás és az évekig tartó toxémia csúcspontja a helytelen ürítésből. A belek mozgásra kényszerítése egy régi és hagyományos úgynevezett eliminációs (ürítési) módszer, amely megszabadít a belekben felhalmozódott salakanyagoktól, mivel a vesék és a belek extra mennyiségű vizet ürítenek ki; de ez a kényszerítő intézkedés a túlzott stimuláció révén fokozza az enerválódást és tovább gátolja a tulajdonképpeni eliminációt – a vérben lévő salakanyagok eltávolítását, amely a minden betegséget okozó toxin forrása. A legerősebb eliminációs módszer a böjt. Más szóval, adj pihenőt a természetnek, és akkor nincs szükséged úgynevezett gyógymódokra. A pihenés azt jelenti: Maradj ágyban, nyugtasd meg tested és elméd, és böjtölj. A természet ekkor korlátok nélkül működik, kivéve, ha a régi félelemkeltők, hivatásosak és laikusok, félelmet keltenek, figyelmeztetést küldve a betegnek: „Veszélyes böjtölni; lehet, hogy

soha nem éled túl.” Ezek a bölcselkedők nem tudják, hogy hatalmas különbség van a böjtölés és az éhezés között.

Íme egy tipp azoknak az kedvrontóknak, akik félnek megengedni, hogy a pácienseik böjtöljenek: Tudják, vagy azt hiszik, hogy tudják, hogy azok az emberek, akik sérülés miatt ágyban maradásra kényszerülnek, soha nincsenek jól, és ez különösen igaz az idősekre. Miért?
Mert túl vannak etetve.

BAKTÉRIUMOK, MINT A BETEGSÉGEK OKA

A baktériumok, mint a betegségek oka, egy haldokló téveszme. A bakteriológia holtponton van, és azok, akik fülüket a földre teszik, hallják. Az intuíció arra kényszeríti az aktív orvosi elméket, hogy erősítsék magukat a közelgő fordulat ellen, az *endokrinológia páncélját csatolják magukra.

*endokrinológia: belső elválasztású mirigyekkel foglalkozó tudomány

Az endokrinológia, a gócfertőzés, az autogén és szintetikus gyógymódok, a vakcina és a szérum immunizálás a mai orvostudomány csúcspontjai közé tartozik; de a rendszerből hiányzik az alapvető egység; és a természet a káoszt ugyanúgy irtja, mint a vákuumot.

A toxémia ugyanúgy elfogadja a kórokozót (szervezett erjedést), mint az enzimet (szervezetlen erjedés). Mindkettő szükséges az egészséghez.

Elméleteim kevés figyelmet kaptak, kivéve a plágiumokat. Néhány, nagyon kevés orvos tudja, hogy miért állok ki. Ez a néhány azonban lelkes, és saját megelégedésükre bebizonyították, hogy az elméletnek egyetemes alkalmazása van. Sokan próbálják a toxémiát valamilyen kis, lényegtelen háziállat-gyógyító rendszerrel együtt alkalmazni – ez egy kis személyes büszkeség simogatását jelenti; de ez nem fog működni. A toxémia elég nagy ahhoz, hogy a legjobbat hozza ki bármely emberből.

Mit kérhetne egy orvos többet, mint egy ok-okozati filozófiát, amely tökéletesen megérti minden úgynevezett betegség okát? Az ok ismerete még a laikus számára is megbízható gyógymódot és olyan immunizálást biztosít, amely racionálisan immunizál. A megbízható tudás az ember megváltása; és amikor olyan kevés erőfeszítéssel is elérhető, mint amennyi a toxémia filozófiájának alapos megértéséhez szükséges, akkor kevés mentség van arra, hogy bárki, legyen az laikus vagy szakember, hogy kockáztassa ennek figyelmen kívül hagyását.

A toxin – a toxémia esetében a méreg megnevezése – az anyagcsere terméke. Állandó, folyamatosan keletkezik; és amikor az idegenergia normális, akkor ugyanolyan folyamatosan eltávozik, mint amilyen gyorsan keletkezik.

A test erős vagy gyenge, az esettől függően, az erősség vagy gyengeség teljes mértékben attól függ, hogy az idegenergia erős vagy gyenge. És nem szabad elfelejteni, hogy a test funkciói jól vagy rosszul működnek a termelt energia mennyiségétől függően.

AZ IDEGENERGIA FONTOSSÁGA

Idegenergia nélkül a test különböző szerveinek funkciói nem működhetnek. A váladékok az elkopott szövetek helyét átvevő felépítő anyagok előkészítéséhez szükségesek. Az elkopott szövetet a lehető leggyorsabban el kell távolítani – ki kell választani – a vérből, ahogyan az létrejön, különben felhalmozódik, és mivel mérgező, a rendszer megmérgeződik. Ez az erőtlenség forrásává válik.

A szövetképződés során keletkező salakanyagok eltávolítása ugyanolyan szükséges, mint maga az építkezési folyamat. Mivel ez a két fontos funkció egymástól függ, és mivel mindkettő a megfelelő mennyiségű idegenergiától függ, ahhoz, hogy jól végezzék a munkájukat, mindenkinek, aki teljes mértékben élvezni akarja az életet és az egészséget, meg kell értenie, hogyan lehet takarékoskodni az

idegenergia felhasználásával, hogy megtanulhassa, hogyan éljen konzervatívan vagy körültekintően, ezáltal élvezve a legnagyobb szellemi és fizikai hatékonyságot, valamint a leghosszabb életet. (Lásd az „Energiát adó szokások” című fejezetet.)

A tudatlan, meggondolatlan és érzéki emberek számára az ilyen javaslatok és tanácsok szükségtelennek tűnhetnek, vagy talán egy gátlástalan ember szeszélyeinek vagy prédikációinak, vagy egy jóllakott érzéki ember aggályainak; de az író úgy véli, hogy a józanabbak és átgondoltabbak üdvözlik azt a tudást, amely segít nekik önmaguk uraivá válni. Eddig a tömegek egy olyan szakmára bízták egészségüket és életüket, amely nem vált be. Szándékosan mondom ezt; mert most a szakma állítólagos mesterei a betegségek okait keresik, és minden gondolkodó elme számára nyilvánvalónak kell lennie, hogy amíg a betegség okát nem találják meg, addig biztosan nem lehet megbízható tanácsot adni a betegség elkerülésére vonatkozóan.

Ötvennyolc évnyi független, szektától vagy hitvallástól mentes gondolkodás tette lehetővé számomra, hogy felfedezzem a betegségek valódi okát; és annyira egyszerű, hogy még egy gyerek is megtanulhatja megvédeni magát az állítólagos „gyermekbetegségek” ellen.

„Ezek az idők próbára teszik az emberek lelkét.” Ha Tom Paine itt lenne, a sor szövegét így írná meg: „Ezek az idők próbára teszik az emberek idegeit.” Az idegenergia és a jó pénz azok az árucikkek, amelyeket nagyon gyorsan elköltenek manapság. A dollár hajszolása nagy energiapazarlással jár; és a dollárt annyira hajszolják, hogy ez olyan mértékben kifejlesztette a vándorlási vágyat, hogy az emberek elgyengítik magukat, hogy utolérjenek valamennyit, de idővel elcsüggedve próbának leszokni a vándorlásról. Sokféleképpen lehet felhasználni az idegenergiát. Mindenkinek az kellene hogy a célja legyen, hogy a lehető legtöbb idegenergiát tegye félre arra a rendkívüli mennyiségre, amely ahhoz szükséges, hogy fenntartsák azt a gyorsulást, ami lehetővé teszi, hogy az emberiség alkalmazkodjon az autók tempójához. Ez idővel eljön.

Az ember alkalmazkodott a változáshoz: áttért az ökrös szekérről, a bolhacsípés által, kötéllel megállított vak Dobbinról, valamint a gőzhajókról, amelyeken elődeink nászútjaikat tették, a "gőzkocsikra", a magas lépcsős repülőgép-szakaszokra és a családi autókra.

Sok energiát kell befektetni, míg az idegrendszer hozzászokik a nagy teljesítményű autókhoz és repülőgépekhez. Idegenergia nélkül a test funkciói nem működhetnek megfelelően. A jelenlegi megerőltető állapot gyengülést okoz, ami gátolja a kiválasztást, a visszatartott méreganyagok pedig toxémiát okoznak.

Minden, ami a testre hat, energiát fogyaszt. A hideg és a meleg idegenergia felhasználását igényli, hogy a test alkalmazkodjon a változásokhoz.

Az élet közepe után azoknak, akik egészségesek akarnak maradni és megöregedni, ügyelniük kell maguk melegen tartására és a test kihűlésének elkerülésére. Le kell mondaniuk az asztali örömökről, és minden tekintetben önmérsékletet kell gyakorolniuk. Ha hagyjuk, hogy a lábaink bármennyi ideig hidegek legyenek, vagy ha a testünk lehűl, amikor egy felső kabát ezt megakadályozná, ez az idegi energia gyors felemésztését jelenti.

Az aggodalommal teli munka hamarosan az energia elapadásához, elgyengüléshez vezet. Mivel semmi sem gondoskodik az adott időpontban szükséges többletenergia-ellátásról, szükséges, nagyon is szükséges, hogy tudjuk, hogyan őrizzük meg azt, amink van, és hogyan építsünk többet.

AZ ENERGIA MEGŐRZÉSE A LEGFONTOSABB GYÓGYÁSZATI INTÉZKEDÉS

Most, hogy rájöttem, hogy az elgyengülés az egyetlen betegség, amelynek az emberiség örököse (toxémia) okának forrása, könnyű belátni, hogy az úgynevezett orvostudomány, ahogyan a gyakorlatban alkalmazzák, az elgyengülés szövetségese, és betegségépítővé válik ahelyett, hogy gyógyítaná vagy enyhítené az emberi

szenvedéseket. Minden úgynevezett gyógymód természeténél fogva elgyengülést okoz. Még a fájdalomcsillapításra használt gyógyszerek is nagyobb fájdalmat okoznak, és néha megölnek. A tüdőgyulladásban a köhögést csillapító gyógyszerek néha megölik a pácienst. Az epehólyagból való kő eltávolítása nem gyógyítja meg az okot, és további kövek képződnek.

Az elgyengítő szokások csökkentése az egyetlen módja annak, hogy a természetet gyógyításra alkalmassá tegyük. Az alvás és a test, valamint a lélek pihenése szükséges a megfelelő energiaellátás fenntartásához. Kevés aktív ember pihen eleget.

MIÉRT AZ ELGYENGÜLÉS AZ OK, ÉS NEM A BETEGSÉG?

Az elgyengülés (enerváció) önmagában nem betegség. A gyengeség, az erővesztés nem betegség; de a mérgező szöveti salakanyagok kiválasztásának lassulásával a vér toxinnal töltődik fel, és ezt toxémiának nevezzük – méreg a vérben. Ez betegség, és amikor a toxin a tűrőképességi ponton túl halmozódik fel, krízis következik be; ami azt jelenti, hogy a méreg kiürül. Ezt betegségnek nevezzük, de nem az. Az egyetlen betegség a toxémia, és amit betegségnek nevezünk, azok a tünetek, amelyeket a toxin nyálkahártyán keresztüli kényszerű helyettesítő kiürülése okoz.

Amikor a kiürülés az orr nyálkahártyáján keresztül történik, megfázásnak – orrfolyásnak – nevezzük; és ahol ezek a krízisek évekig ismétlődnek, a nyálkahártya megvastagszik és kifekélyesedik, a csontok pedig megnagyobbodnak, elzárva az járatot stb. Ebben a szakaszban szénanátha vagy szénaasztma alakul ki. Amikor a torok és a mandulák, vagy bármelyik légút a toxémia krízisének központjává válik, krupp, mandulagyulladás, torokgyulladás, gégegyulladás, hörghurut, asztma, tüdőgyulladás stb. jelentkezik. Mit jelent a név? Mindezek a "betegségek" a méreganyagok vérből való kiürülésének tünetei a megnevezett különböző pontokon, és lényegében azonos karakterűek, és egyetlen okból, nevezetesen a toxémiából erednek – toxémia krízisekből.

Ez a leírás kiterjeszthető a test minden szervére; bármely szerv, amely az átlagosnál alacsonyabb szinten van leterhelve a megszokás stressze, a munka vagy az aggodalom, a sérülés vagy bármilyen más ok miatt, a toxémia krízisének helyszínévé válhat. A tünetek az egyes érintett szerveknél eltérőek; és ez alátámasztja azt a hitet, hogy minden tünetkomplexum különálló és eltérő betegség. De a toxémia filozófiája által a nómenklatúrára (a betegségek elnevezésére) vetített új fénynek köszönhetően minden tünetkomplexum az összes úgynevezett betegség egyetlen okára vezethető vissza – nevezetesen a toxémiára.

A gasztritisznek (gyomorhurutnak) nevezett tünetek nagyon különböznek a húgyhólyaghurut (cisztitisz) tüneteitől; mégis mindkettőt toxémia krízis okozza – mindkettő a vérből származó toxinok helyettesítő kiválasztásának helyszínévé válik.

A józan ész számára nyilvánvalónak kell lennie, mennyire rendkívül logikátlan az orrnyálkahártya gyulladását helyi betegségként kezelni; vagy amikor a krízisek ismétlődnek, amíg fekély nem alakul ki, és a nyálkahártya annyira érzékennyé válik, hogy a por és a pollen tüsszögést és könnyezést okoz – ezeket a tüneteket szénanáthának nevezik –, hogy ezeket a tüneteket egy különálló, pollen által okozott betegségként kezeljük. A pihenés és a teljes tartózkodás az ételektől, folyékonyaktól és szilárdaktól, valamint az összes gyengítő szokás megváltoztatása helyreállítja az idegi energiát; a toxin kiürülése a természetes csatornákon keresztül megtörténik, és a teljes egészség visszaáll. Ez az állapot tartósan fennáll, ha a korábbi szénanátha vagy bármilyen más úgynevezett betegség áldozata „helyben marad”.

A toxin első orron keresztüli ürülését megfázásnak nevezzük. Amikor ez az ürítés folyamatos, súlyosbodással – toxinkrízisek (friss megfázások) – esetenként fekély alakul ki, csontos sarkantyúk alakulnak ki, és szénanátha alakul ki. Ezek mind a toxinkiürülés tünetei. Az ok ugyanaz az első megfázástól a szénanátháig. A friss megfázások (toxémiai krízisek) időszakaiban folyamatosan fennálló

hurutos folyást krónikus náthaként ismerik, amelyet az orvosi nómenklatúrákban így neveznek, és helyileg úgy kezelnek, mintha egy független, ördögi dolog lenne; holott az igazság az, hogy az úgynevezett krónikus nátha áldozata szervezetét legyengíti a dohány, az alkohol, a cukor és mindenféle édesség, a kávé, a tea, a túlzott vaj- és kenyérfogyasztás, a túl sok gazdag étel, a túlzott mennyiségű étel fogyasztása, az érzéki élvezetek túlzott fogyasztása stb. (Lásd az „Enerváció okai” című fejezetet.)

A szervezet legyengült állapotban tartása megakadályozza a normális kiválasztó szerveken keresztüli teljes értékű kiválasztás helyreállítását. A szervezet az idő múlásával toleránsabbá válik a toxinokkal szemben, és a „megfázásos szokás” kevesebb (megfázásos) toxémiai krízist mutat. A nyálkahártyák nagyobb részét igényli a helyettesítő kiválasztás végrehajtása. Az egész szervezet romlani kezd. Az úgynevezett krónikus betegségek kezdenek megnyilvánulni. A gyomorhurut során a nyálkahártya megvastagszik, megkeményedik, fekélyesedik és rákos lesz – mindezeket az orvostudomány nómenklatúrája számos különböző betegségként írja le. De ezek nem különböznek jobban, ahogy Washington elnök sem különbözött a fiútól, George-tól, aki kivágta apja cseresznyefáját. A rák egykor egy úgynevezett megfázás tünetegyüttese volt; de a toxémia filozófiája szerint ez a toxémia számos krízisének a vége. Ahogy a krízisek folytatódtak, a tünetek megváltoztak, összhangban a toxémia krízisei által okozott szerves degenerációval.

Minden úgynevezett betegségnek ugyanaz a kezdete, fejlődése és érettsége, csak abban különböznek, hogy az érintett szerves struktúra különbözik. A különböző tünetegyütteseket különálló entitásként kezelni ugyanolyan tudományos, mint egy kutya farkának végét kezelni ha a füle fáj.

Alapvetően minden betegség ugyanolyan. Az ok a toxémiához vezet vissza, amelyet legyengülés okoz, ami megakadályozta az ürítést; és a test és az elme legyengítő szokásai az elveszett ellenállás legyengülésének elsődleges okai.

Minden krónikus betegség toxémiával és egy toxémiás krízissel kezdődik. A krízisek addig ismétlődnek, amíg szerves változások nem mennek végbe. A tünetek láncolata a megfázástól vagy náthától a Bright-kórig, a tuberkulózisig, a rákon, a szifiliszen, az ataxiáig és más úgynevezett betegségekig terjed; mindegyik, az elejétől a végéig, a toxémia kríziseinek kumulatív hatásainak tünetei.

Általános az elgyengülés

MINDENKI meglepődött azon, hogy fiataljaink milyen nagy százalékát nyilvánították szolgálatképtelennek az orvosi vizsgálóbizottságok a világháború alatt. Ehhez a meglepetéshez adjuk hozzá azt, amit a Toxémia filozófiája is hozzátesz, és a gondolkodó embereknek meg kellene döbbenniük. A vizsgálóbizottságok minden olyan fiatalembert átengedtek, aki nem mutatott kifejlett patológiát; ami mindazokat jelentette, akik nem mutattak valamilyen szerv- vagy szövetváltozást – szerkezeti változást.

Amikor köztudott, hogy a funkcionális zavarok hónapokkal, sőt évekkel megelőzik a szerkezeti változásokat, akkor egészen nyilvánvalónak kell lennie, hogy több olyan fiatalembert engedtek át a bizottságok, akik potenciálisan betegek voltak vagy képtelenek voltak folytatni a tevékenységüket, mint ahányat nem engedtek át. Az idő bebizonyította ezt az általánosan ismeretlen tényt; hiszen a háború előtt az amerikai hadsereg több mint kilencvenöt százaléka egytől öt alkalommal kapott kórházi ellátást betegség, a sérüléseken kívüli egyéb okokból. És a fiúk, akik nem jutottak át Franciaországba, ezrével haltak meg „influenzában”.

Mit jelent ez? Ez azt jelenti, hogy az élet, ahogyan élik, általánosságban legyengíti az embereket. És amikor az idegenergia a normális alá csökken, a toxin – az anyagcsere természetes termékének – kiválasztása leáll, és – visszamarad a vérben, toxémiát okozva – az összes úgynevezett betegség első, utolsó – és egyetlen kiváltó okát.

A józan gondolkodók számára nyilvánvalónak kell lennie, hogy a vérben lévő toxin mennyisége egyénenként változó, és az ellenállás mértéke is egyénenként változó. Egy olyan mennyiség, amely az egyiknél toxémiás krízist okozna, – látszólag semmilyen hatással nem lenne a másikra. Egy legyengítő ok – a szokásos immunizálás –, amely egyik időpontban aligha váltana ki reakciót egy adott alanynál, – ugyanazt az alanyt egy másik időpontban kórházba küldheti, vagy akár azonnal halálos is lehet. Az aktív *anafilaxia az oltáspártiak alibije vagy mentegetőzése; de ez nem változtat azon a tényen, hogy az oltások mérgek, még akkor is, ha „tiszták”, függetlenül az ismétlődő és ismételt tiltakozásoktól, miszerint ártatlanok és ártalmatlanok.

*anafilaxia: túlérzékenység szérumra

Soha nem fogjuk megtudni, hogy mennyi kárt okozott a hadseregnek az oltás és az újraoltás. Nincsenek szavak, amelyek leírhatnák az oltásokkal és szérumokkal történő immunizálás okozta és okozó károkat, kivéve a nagybani vandalizmust.

Az átlagorvos nem tud gondolkodni, a többiek pedig nem mernek gondolkodni, kivéve, ha hagyományosan hangosan teszik. Nem tudom, hová tegyem azokat az orvosokat, akik képesek gondolkodni, de nem engedik, hogy az ész vezesse őket a gondolkodásukban az úgynevezett immunizáció kérdésében. Vajon az osztálytudat vagy az osztálybigottság magyarázhatja ezt? A ravaszság biztosan nem illik hozzá. Azt mondták rólam, a csíraelmélettel és az oltással szembeni kiállásom miatt, hogy „különös nézeteim” vannak; egyesek azt, hogy „tudatlan” vagyok. Ha az vagyok, akkor furcsa, hogy alapvetően gondolataim és meggyőződéseim párhuzamosak a 19. század egyik legnagyobb gondolkodója gondolataival – a híres angol filozófuséval, Herbert Spencerével. Néhány nappal ezelőtt a könyvtáramban böngésztem, és elővettem a „Tények és megjegyzések” című könyvet. A „Védőoltás” című cikkhez fordultam, és ebben a rövid, kevesebb mint három oldalas esszében több hasznos, konstruktív gondolatot találtam, mint amennyi az összes orvosi irodalomban megtalálható ugyanebben a témában. Úgy döntöttem, hogy idézem az egész esszét, és örülnék, ha mások is örvendenének a szellemi élvezetet habzsolva, melyet én élveztem:

„Ha egyszer beleavatkozol a természet rendjébe, nem lehet tudni, hol végződnek a dolgok” – mondta egy jeles biológus a jelenlétemben. Azonnal bosszúsnak tűnt, hogy nem hallgatta el véleményét, mert látta, hogy milyen sokféleképpen használhatnám fel beismerését.

*Jenner és tanítványai azt feltételezték, hogy amikor a vakcinavírus átjutott egy beteg szervezetén, az biztonságban van, legalábbis viszonylag biztonságban a himlővel szemben, és a dolog itt ér véget. Itt nem fogok semmit sem mondani, sem e feltételezés mellett, sem ellene.

*Edward Jenner, angol orvos, a himlőoltás kifejlesztője

Kivéve, ha idézem egy jól ismert ember, Kegan Paul úr, a kiadó nyilatkozatát, amelyben saját tapasztalatait illeti. „Emlékiratai” című művében (260–261. oldal) ezt mondja felnőttkori himlőjéről: „Gyermekként himlős voltam, az oltás ellenére, és nem sokkal korábban kaptam oltást. Közvetlen családomban én vagyok a harmadik, aki kétszer is átesett himlőn, és akit többször is beoltottak.”

Csupán azt szeretném bemutatni, hogy a dolog ezzel nem ér véget. A természet rendjébe való beavatkozásnak számos más következménye is van, mint amilyenekre számítottunk. Néhányat már ismertettünk.

Egy 1880-ban kiadott parlamenti jelentés (392. szám) kimutatja, hogy az ötéves időszakokat, az 1847–1851-es és az 1874–1878-as időszakokat összehasonlítva, az utóbbiban az egy év alatti csecsemők minden okból bekövetkező halálozásának csökkenése 6600-zal volt megfigyelhető millió születésre vetítve évente; miközben nyolc meghatározott, közvetlenül fertőző vagy a védőoltás hatása által súlyosbított betegség okozta halálozás millió születésre vetítve évi 20 524-ről 41 353-ra nőtt - ez több mint a kétszerese. Egyértelmű, hogy sokkal többen

haltak meg ezekben a himlőtől eltérő betegségekben, mint ahányan megmenekültek a himlőtől.*

*Ez a karba adott oltások idejében történt, amikor az orvosok biztosak voltak abban, hogy más betegségek (például a szifilisz) nem terjedhetnek a vakcina vírusán keresztül. Bárki, aki belenéz az Epidemiológiai Társaság mintegy harminc évvel ezelőtti kiadványába, úgy gondolja, hogy egy szörnyű, tömeges szifiliszes eset hirtelen meggyőzte őket az ellenkezőjéről. A borjúnyirok-oltások korában az ilyen veszélyek ki vannak zárva; a szarvasmarha-tuberkulózis veszélye azonban nem. De ezt a tényt annak a jeleként említem, hogy mennyi bizalmat kell helyezni az orvosi véleménybe.

Az így bemutatott betegségek átviteléhez hozzá kell adni a kísérő hatásokat. Azt tartják, hogy az oltás által kiváltott immunitás a test összetevőiben bekövetkező valamilyen változást feltételez – ami egy szükséges feltételezés. De most, ha a testet alkotó anyagok, szilárdak vagy folyékonyak, vagy mindkettő, úgy módosultak, hogy már nem hajlamosak a himlőre, akkor a módosítás egyébként hatástalan? Meri-e bárki is azt állítani, hogy nem okoz további hatást, mint hogy megvédi a pácienst egy adott betegségtől? Nem lehet a szervezetet megváltoztatni egy támadó ágenssel kapcsolatban, és változatlanul hagyni az összes többivel szemben. Milyen változás történik? Vannak olyan esetek, amikor a nem egészséges személyeknél egy súlyos betegség, például a tífusz, követi a javulást. De ezek nem normális esetek; ha azok lennének, egy egészséges ember egészségesebbé válna a betegségek sikeres lefolyása révén. (A toxémia magyarázza ezt a jelenséget. – A szerk.)

Ezért, mivel az oltás által módosított alkat nem válik ellenállóbbá a zavaró hatásokkal szemben, kevésbé lesz ellenáll. A meleg, a hideg, a nedvesség és a légköri változások mindig is felborítják az egyensúlyt, akárcsak a különféle ételek, a túlzott fizikai vagy szellemi megterhelés. Nincsenek eszközeink arra, hogy felmérjük az ellenállóképesség változásait, ezért ezek általában észrevétlenek maradnak. Vannak azonban bizonyítékok egy általános relatív legyengültségre.

A kanyaró súlyosabb betegség, mint régen volt, és a halálesetek száma nagyon magas. Az influenza bizonyítékot szolgáltat. Hatvan évvel ezelőtt, amikor hosszú időközönként járvány tört ki, csak keveseket fertőzött meg, nem volt súlyos, és nem hagyott komoly következményeket; most állandóan jelen van, szélsőséges formában sokakat érint, és gyakran károsítja a szervezetet. A betegség ugyanaz, de csökkent az ellenállóképesség.

Vannak más jelentős tények is. Ismert biológiai igazság, hogy az érzékszervek és a fogak az embrió bőrrétegéből fejlődnek ki. Ezért a rendellenességek mindegyiket érintik; A kék szemű macskák süketek, a szőrtelen kutyák pedig tökéletlen fogakkal rendelkeznek. („A fajok eredete”, 1. fejezet.) Hasonló a helyzet a betegségek okozta alkati rendellenességekkel is. A szifilisz korábbi stádiumában bőrbetegség. Örökletes esetben a következmények a fogak deformitása, és később iritisz (a szivárványhártya gyulladása) lehetnek. Rokonsági kapcsolatok állnak fenn más bőrbetegségekkel is; például azzal a ténnyel, hogy a skarlátot gyakran kíséri a fogak kilazulása, és azzal a ténnyel, hogy a kanyaró gyakran a szem és a fül rendellenességeivel jár – néha átmeneti, néha állandó – egyaránt. Nem lehet ez így egy másik bőr-rendellenességgel, mint például az, amit a védőoltás okoz? Ha így van, akkor magyarázatot kaptunk a fiatalok fogainak ijesztő degenerációjára az utóbbi időben; és nem kell csodálkoznunk a gyenge és hibás szemek elterjedtségén közöttük. Akár igazak ezek a felvetések, akár nem, egy dolog biztos: Az a feltételezés, hogy az oltás megváltoztatja a himlővel kapcsolatos szerkezeti részeket, és más módon nem változtat semmit, merő ostobaság.

„Ha egyszer beleavatkozol a természet rendjébe, nem lehet tudni, hol érnek véget ennek eredményei.” A természet rendjébe való beavatkozás hatalmas téma – végtelen; de a természet „mosolyogva tűri”, kivéve, amikor túlterhelt. Az egészség – a jó egészség – nagyobb erő, mint a rossz, azaz mint minden beavatkozás –, és kijavíthat minden nem végzetes káros hatást, ha a káros

befolyást megszüntetik.

A hosszú ideig szedett stimulánsok fokozatos romlást okoznak, és végül, hacsak a szokást nem hagyják abba, ennek rossz vége lesz. A toxin egy stimuláns és az anyagcsere természetes terméke. Amikor a szervezet normális állapotban van, a toxin olyan gyorsan távozik, ahogy keletkezett; de amikor bármilyen legyengítő szokást a gyógyulás erején túl gyakorolnak, a toxin felhalmozódik, és toxémia alakul ki – ami azt jelenti, hogy a szervezet elvesztette védőerejét. Most, ha vakcina vagy bármilyen fertőzés bejut a véráramba, „nem lehet tudni, hogy hol ér véget a hatás”.

A toxémia fényt derít erre a zavarba ejtő kérdésre. Amikor egy normális ellenálló képességű személyben fertőzés történik, vaceiniát – helyi bőrgyulladást – hoz létre, és gennyképződés következik be, a folyamat általában a tályog gyógyulásával végződik. Ha a himlővírus beoltása a Jenner-féle módon történik, a vírust bőr alá juttatva – a bőr felhasításával és bedörzsölésével –, heves szeptikus fertőzés következik be, amely sok esetben halált okoz. Angliában évekkel ezelőtt törvényeket fogadtak el, amelyek tiltották ezt a gyakorlatot.

Toxémiás pácienseknél a vírus által okozott helyi fertőzés – bármilyen forrásból származó szepszis, oltás, rosszul ellátott sérülés, nem ürülő seb, fertőzött fog, arcüreg stb. – rosszindulatú típusú szeptikus lázat okoz, amely halállal vagy rokkantsággal végződhet. Egy rosszul legyengült és toxémiás rendszernek kevés ellenállási ereje van; és amikor a vér nagyon toxémiás, nagyon sebezhető bármilyen fertőzés hatásával szemben.

Ahol a fertőzés nem annyira rosszindulatú, hogy elárassza a szervezetet a fertőző ágens fertőzőképessége miatt, vagy az erőteljes toxémiás állapot mégsem képes legyőzni a szervezet ellenállását, a páciens kijuthat a krízisből és megfelelő kezelés mellett felépülhet. Ha azonban a kezelés rossz, a páciens néhány hónapig vagy évig félig rokkant állapotban maradhat, és végül meghalhat.

Roosevelt úr betegsége és legalább huszonöt évvel korábban bekövetkezett halála az ilyen zavarodottság kifejezett típusa volt. A nagy és erőteljes férfi kifejezetten toxémiás volt. Ahogy mindenki tudja, az egyik dzsungelbeli kirándulása során megsérült. Fertőzés következett be, ami valószínűleg egy kevésbé erős embert megölt volna. Hazatért, és folytatta a legyengítő szokásait, megakadályozva, hogy értékes teste kitakarítsa magát.

Az ilyen esetek visszaállíthatók a normális kerékvágásba, de soha hagyományos kezeléssel. Amikor a toxémiás alanyok megfertőződnek, a fertőzés soha nem szűnik meg teljesen, amíg a legyengülés és a toxémia nem szűnik meg. Hacsak az ilyen jellegű pácienseket nem fektetik ágyba és nem böjtölnek, amíg a toxémia teljes megszűnése be nem fejeződik, majd megfelelően nem etetik őket, és nem tanítják meg nekik, hogyan egyenek a korlátaikon belül, és hacsak nem hajlandók feladni minden legyengítő szokást, nincs remény arra, hogy valaha is meggyógyuljanak. Ezek az alanyok gyakran tuberkulózist, Bright-kórt és más hosszan tartó, úgynevezett betegségeket kapnak. Szövetségi kórházaink tele vannak fiatalemberekkel, akik soha nem fognak meggyógyulni; mert a toxémia gyorsabban kialakul, mint ahogy rendbe jön. A tudományos orvoslás tehetetlen.

A természet rendjét az legyengítő szokások zavarják meg, amíg a toxémia ki nem alakul; akkor egy oltás, vagy bármilyen egyéb forrásból származó fertőzés előbb-utóbb tüzelőanyagként hat, amely a legsebezhetőbb szervben szervi elváltozást okoz. A szervnek azonban semmi köze az okhoz, és a kezelés szervre irányítása szarvas hiba. Az ilyen ostobaságok típusai a vérátömlesztés vészes vérszegénység esetén; mirigykezelés mirigy impotencia esetén; kövek, fekélyek, daganatok stb. eltávolítása.

Kétségtelen, hogy a ma divatos egyik legártalmasabb gyakorlat az úgynevezett betegségek betegséggel való kezelése, és a betegség termékeivel való immunizálás. Az egyik első dolog, amit meg kell tenni bármely úgynevezett betegség megszüntetése érdekében, a toxémia megszüntetése; mert a vérnek ez az

állapota teszi lehetővé a betegséget. A fertőzés, a gyógyszer- és ételmérgezés ölhet; de ha nem ölnek, akkor rövid életűek lesznek az áldozat testében, mely nem gyengül le és nem lesz toxémiás. Következésképpen, a mérgezés a szervezetben addig marad, amíg a toxémiát le nem győzik; ennek megszüntetése minden fertőzésnyomot eltüntet.

A kifejezetten toxémiás alany szifiliszes fertőzését a hagyományos kezelés nagy mértékben fölerősíti. A fertőzés a trió legkevésbé fenyegető része. Adjuk hozzá a félelmet és a helytelen étkezést, és máris egy félelmetes tünetkomplexumot kapunk, amely igazolja mindazt, amit a profi szifilomániások mondanak és írnak a betegségről. Ha eltávolítjuk a toxémiát, a gyógyszerezést, a félelmet és a hibás étkezést, akkor kevés marad. Ami van, azt könnyen kidobhatja a természet.

Mi a holnap építői vagyunk, és nem kell fizetnünk egy jósnak – orvosnak, ügyvédnek, prédikátornak, bankárnak –, hogy megmondja, mi fog történni velünk holnap. „Semmi sem fog történni. Az elkerülhetetlen fog eljönni. A mai vetés termését fogjuk örökölni.”

Kiegyensúlyozottság

A kiegyensúlyozottság állapota vagy minősége. Átvitt értelemben: kiegyensúlyozottság; nyugalom.

Kiegyensúlyozottság – Az elme vagy hangulat kiegyensúlyozottsága; higgadtság; nyugalom. (irányadó szótár)

Feltételezem, hogy ahhoz, hogy technikailag kiegyensúlyozottak legyünk, anatómiailag, fiziológiailag és kémiailag kiegyensúlyozottnak kell lennünk; de mivel az aszimmetria a szabály, nem remélhetjük, hogy kiegyensúlyozottak leszünk. Törekedhetünk azonban a kiegyensúlyozottságra – az elme és a hangulat kiegyensúlyozottságára.

Az elégedettség a törekvéssel jár, nem a birtoklással. Nyilvánvalóan ez nem mindig igaz; mert nagyon elégedetlen és boldogtalan embereket látunk, akik elfoglaltak.

Valaki azt mondta: „Boldog az az ember, aki munkát talált.” Ez azt jelenti, hogy teljesen le van foglalva és elégedett a munkájával, nem pedig annak jövedelmével. Senki sem elégszik meg olyan munkával, amelyben semmi más nincs, csak a belőle származó pénz. Semmi más, csak az alkotó munka elégíti ki az elmét. Mi van benne? Az előmenetel, az önfejlesztés és a jövőbeni jó cselekvés lehetősége nagyjából pont annyi, hogy kielégítse az ambíciót.

Ahhoz, hogy valaki elégedett legyen, a munkának le kell foglalnia és ki kell elégítenie az elmét. A tétlen elmék elégedetlen elmék. Ha megkérdeznék, milyen receptet adnék a gyerekeknek jövőbeli boldogságuk biztosítására, azt mondanám: Tanítsátok meg szeretni a munkát! munka! munka! Túlzásba vittük a régi mondást: „Csak munka és semmi játék butává teszi Jacket.” Most fordítva áll a dolog: „Csak játék és semmi munka banditává teszi Jacket.”

Ha a szülők nem tudják lefoglalni a gyerekeket, a városnak, a megyének vagy az államnak kell munkát biztosítania – nem ipari iskolákban, hanem olyan munkát, amelyik a legjobban illik minden gyermekhez. A gyereknek elfoglaltnak kell lennie. Krisztus tizenkét éves korában és korábban is elfoglalttá vált. Nekünk is el kell foglalnunk magunkat.

Ahogy mondtam, az elégedettség a törekvéssel jár, nem a birtoklással. Ez a pszichológia és a fizika törvénye is. Örülnünk kell, hogy nem vagyunk elégedettek; mert; Ha azok lennénk, nem lenne mit leküzdenünk – nem lenne okunk a törekvésre –, és természetesen nem élvezhetnénk a megvalósítás munkáját és fáradságát.

„Az ember soha nem az, de mindig törekszik rá, hogy áldott legyen. (Pápa.)” Mivel a pápa ezt a kijelentést tette, nem szabad túl komolyan venni. Sok olyan embert találtam már áldottnak, akik nem tudták. Több áldás van álcázva, mint amennyit reflektorfényben látunk. Az emberiség egyik leggyakoribb áldása, hogy vágyaink körülbelül kilencvenkilenc százalékát soha nem vesszük észre. Ha a legtöbb ember annyiszor összezsugoríthatná az időt, amennyiszer csak kívánja, az élete jelentősen lerövidülne: „Bárcsak jövő ilyenkorra meglenne.” „Bárcsak már eltelt volna tíz év; akkor már elvégeztem volna az egyetemet és megalapoztam volna karrieremet az üzleti életben.” A legtöbb ember hajlamos a rövidítések keresésére. A természet irtózik az légüres tértől, és a rövidítés ez lenne. A *„Gyorsan meggazdagodni Wallingfordban” mindenki ideálja.

*Gyorsan meggazdagodni Wallingfordban: egy újságban megjelent fantáziatörténet

Rövidebb utak a sikerhez; olyan értékesítési módszer, amellyel a tétovázók – gyenge akaratúak, gyors vásárlásra rávehetőek, a saját fejüket nem használók – kényszerítését jelenti; röviden, az emberek rábeszélése arra, hogy olyasmit vásároljanak, amire nincs szükségük és amit nem engedhetnek meg maguknak, ezt jó értékesítési módszernek nevezik. Mi a baj a mai emberekkel? Általános eladósodottság. Az értékesítők több adósságot hoztak létre, mint amennyi az értelmes élethez szükséges – az emberek pedig nem tudják, hogyan töltsék be a hiányosságaikat.

Azok, akiket rábeszéltek, hogy magasra menjenek, amikor alacsonyan kellett volna maradniuk – vagy ami jobb lett volna, továbbra is biciklizzenek, vagy gyalogoljanak –, a korai kínálat miatt bajba kerülnek. Mindkét végletből hiányzik a higgadtság, és ez nyugtalanságot és elégedetlenséget szül. Az autó szükséglet; de olyan luxuscikké változtatták, amely messze felülmúlta a szükségszerűséget. Néhol nagy vagyonok gyűltek össze, máshol viszont jelentős szegénység keletkezett, ami egy pániknak nevezett pénzügyi betegséget fog okozni, hacsak nem orvosolják hamarosan. A pánik egy másik neve annak az űrnek, amelyet sok boldogtalanság fog betölteni. Egy egy öt évvel ezelőtti jóslat.

Ha valaki jól kitölti az időt az iskolában, rövidítésekkel, trükkökkel és részrehajlással, az űrt teremt. Idő és becsületes munka szükséges a jellem, a műveltség és a képességek fejlesztéséhez minden területen. A fizikai és a mentális világban egyaránt érvényes a régi latin mondás: Cito maturum, cito putridum – „Hamar érik, hamar rothad.” A sportolók korán halnak meg. Miért? A fejlődés erőltetett. Az izomrendszer túlzott használata extra vérellátást kényszerít az izmokba. Ez viszont extra táplálékot kényszerít ki, hogy kielégítse a salakanyag- és utánpótlási igényt. A túlstimuláció legyengít, és a toxin nem tud olyan gyorsan kiürülni, ahogy kialakult; ezért toxémia alakul ki, ami fokozatosan a szív és az erek degenerációjához vezet. „Egyik lánc sem erősebb a leggyengébb láncszeménél.” Az atlétikában a legerősebb láncszemek állandó használatban vannak minden erejük használatával. A fiatal szövetek stabilitása gyorsan öregszik, aminek eredményeként a sportoló fiatalon, szenilitásban hal meg.

Fitzsimmonst harmincöt évesen „a ring nagy öregjének” nevezték. Ez a mondás, amely a sportolók királyának szánt dicséret volt, a sportvilágban felfoghatatlanul magas tudományos ismereteket fejezett ki – tudat alatt jobban épített, mint gondolta; mert valójában a teste terhelésével öregítette meg magát.

A fiatalság gyorsabban akar haladni, mint ahogy a jó hatású, jelentős növekedés indokolná. A fiatal profi férfiak sietve igyekeznek elődeiket követni, mindig bízva abban, hogy többre is képesek, mint kitölteni elődjeik helyét.

Manapság a tapasztalatlanság a civilizációt gyors érettséghez, és nyilvánvalóan idő előtti véghez viszi. A sietség még az időseket is rosszul készítette fel arra, hogy biztos tanácsadók legyenek. Az idő, a tapasztalat és a higgadtság által nem érlelt tudás soha nem érik meg.

A higgadtság és a kiegyensúlyozottság értelmetlen fogalmakká váltak ebben a korban. Az ideális érettséget eredményező sikerelemek hiányoznak az idő és a tapasztalat összetartó hatásából. A mai elme atlétikus; idő előtt öregszik a stabilizációhoz szükséges idő rovására. A kórházakat, börtönöket és elmebeteg intézeteket nem lehet elég gyorsan építeni ahhoz, hogy befogadják a korán megöregedetteket. Ez a betegség – az öregségi szövetek elfogynak az újak utánpótlása előtt.

Túl sok megszorítás, az óvodától a középiskolán át az egyetemig, ürességet hagy maga után, amit a civilizáció hazugságai, valamint a hamis tudás és az éretlen ítélőképesség okozta betegség és boldogtalanság tölt be. A személyes sajátosságok, mesterkéltség és mindenféle apró szokás bumerángok, amelyek visszatérnek, hogy megmérgezzék az élet édes álmait.

A természet mosolyog azokra, akik természetesek; de akik kitartóan grimaszolnak, mentálisan vagy fizikailag, azokkal egy összeesküvésben játszik, hogy kedvük szerint eltorzítsa őket. Lehetünk boldogok és elégedettek, vagy lehetünk boldogtalanok és elégedetlenek. Meghozhatjuk a döntésünket, és a természet elintézi a többit.

Épp most jöttem egy drogériából, ahová bementem, hogy vegyek egy tubus kámforos jeget. A patikus ügyetlenkedett, és mivel zavarban volt, az önsajnálat kényszerítette, hogy bevallja, hogy rosszul érzi magát, és hogy egész délután feküdt. Megjegyzéseit beteges grimasz kísérte, és teste gyengeséget tükrözött. Kétségtelenül szívesen megbeszélte volna velem a kellemetlenségeit, de én figyelmen kívül hagytam a témát, és elmentem. Egy beteges szokást dédelget, ami tönkreteszi az életét, és unalmassá teszi mindenki számára, kivéve azokat, akik a bolt kúraszereire vadásznak. „A nyomor szereti a társaságot.” Az ilyen beteg szokásban szenvedők összeverődnek, és soha nem fáradnak bele a kellemetlenségeik elmesélésébe és összehasonlításába. A legjelentéktelenebb tünetek is évekig megmaradnak az emlékezetükben. Az önsajnálat miatt túloznak, és idővel a lehető legrosszabbat hiszik el magukról. Az ilyen élet tönkremegy, hacsak nem történik teljes megújulás. Ez a lelkiállapot gyengülést és toxémiát okoz. A tünetek általános idegesség, emésztési zavarok, székrekedés, lepedékes nyelv, a rákkal vagy más, akár végzetesnek is bizonyuló betegséggel kapcsolatos szorongás. Az izomrendszer többé-kevésbé megfeszül. A székrekedést a végbél rendellenes összehúzódása kíséri. Az egész test rendellenesen feszült. Az ilyen páciensek nehezen alszanak el, és amikor majdnem elaludnának, egy rántással ébrednek – az összes izom heves összehúzódásával. Ezek az emberek felületesen alszanak, és panaszkodnak, hogy egyáltalán nem alszanak. Néhányan fejfájásra és hányingerre panaszkodnak. Utánzók, és gyakran új tünetek jelentkeznek, miután betegségekről olvastak, vagy mások tüneteiről nyilatkoztak.

Ezen neurózisos esetek közül sokat különböző feltételezett hasi rendellenességek miatt operálnak. Az orvosok túl gyakran azzal kezelik ezeket az embereket, amit bajuknak mondanak. Időnként önfeláldozó, kedves nőket találunk, akik soha nem erősek, de erejükön felül élnek és dolgoznak másokért. Ezeknek az anyáknak korai életükben karrierambícióik voltak, és a csalódás mélységes legyengülést hozott, tartósan károsítva a táplálkozásukat; mert az egyetlen nagy bánat megakadályozta a normális kerékvágásba való teljes visszatérést. Szerencsére a másokért való cselekvésben vigaszt találtak; és idővel mások boldoggá tétele olyan tökéletes helyettesítő búfelejtővé vált, hogy akiket édes mosolyukkal és biztató szavaikkal nyugtattak, gyakran mondták: „Mary néni, biztosan elbűvölő életet éltél, amelyben soha nem volt bánat.” A válasz több mosoly és bátorítás lenne.

Azok, akik a szolgálatteljes életet választják a becsvágy elszalasztott buktatóinak helyére, nem hibáztak a Nagy Orvos kiválasztásában; de azok, akik önmagukon kívül keresnek gyógymódokat, a Bolondok Paradicsomában keresnek gyógymódokat.

Gyógymódok! Nincsenek gyógymódok. A tudatalatti a mi belső rendünk szerint építi az egészséget vagy a betegséget. Ha ingerültséget, elégedetlenséget, boldogtalanságot, panaszkodást, gyűlöletet, irigységet, önzést, kapzsiságot, kéjvágyat stb. küldünk, a tudatalatti a rendünk képére épít minket.

Ha érzéki impulzusokat küldünk a tudatalattiba, a belső rendünk homályos szemmel, duzzadt arccal, fejfájással, rossz lehelettel, itt-ott fájdalommal, homályos értelmességgel, gondatlansággal az üzleti életben, a barátokkal és önmagunkkal szemben, felelőtlenséggel válaszol. Értelmezzük betegségünket, és orvost hívunk, aki albumint talál a vizeletben, reumát az ízületekben, szivárgó szívet, szélütésveszélyt, vízkórt stb. Bevesszük a gyógyszereit, a műtétjeit, az oltásait; de továbbra is érzéki impulzusokat küldünk - nagy vacsorákat, erős szivarokat, buja élvezeteket. Az orvos nem tud segíteni. Újabbat és újabbat hívnak. Szakértő vizsgálatokat végeznek. Szifiliszt találnak. Szintetikus drogokat írnak fel. Más orvosok vizsgálnak, akik tuberkulózist találnak. És végül az igazi szakértelmet egy olyan orvosban fedezik fel, aki rákot talál. De belső rendünk mindvégig a tudat alatt működik, és a válaszok a teremtő képéhez hűen születnek.

Az igazság az, hogy egyáltalán nincs szükségünk orvosra. Olyan orvosra van szükségünk, aki megbékélést teremt tudatalatti teremtőnk és önmagunk között. Amire szükségünk van, az az, hogy megtanuljuk az önuralmat, a higgadtságot, a kiegyensúlyozottságot és a nyugalmat. És amikor ezek az impulzusok a szimpatikus idegeken keresztül eljutnak tudatalatti teremtőnkhöz, elkezdünk egy emberibb ember képeit látni, amíg el nem érjük a tökéletességhez vezető utat.

Az önuralom, egy olyan ember ideáljával, akit mindig a tudatalattink elé szeretnénk tárni, vissza fog térni hozzánk, ahogyan mi rendeljük. Annak az ideálnak a képére teremtettek minket, amelyet teremtőnk – a tudatalatti – elé tartunk. Azonban meg kell élnünk azt. Az, hogy pusztán egy ideált tartunk magunk mögött, nem vezet sehova. Ha az ideálunk a józanság, akkor a lerészegedés nem fogja valóra váltani az álmainkat. Ha az ideálunk a tökéletes egészség, akkor biztosan nem várhatjuk el, hogy egy érzéki élet felépítse azt. Lehet, hogy van egy ideálképünk, de ha nem éljük meg, torzulás keletkezik. Az elégedetlen, panaszkodó szokás épít ilyen embert.

Ha nem vagyunk hajlandóak nyugodtan, kiegyensúlyozottan és nyugodtan élni, feszültté válunk és kellemetlen érzést keltünk. Az összehúzott homlok fejfájást okoz. Az izomrendszer feszült, merev állapota izomfáradtságot okoz, amelyet neuralgiaként, ideggyulladásként vagy reumaként lehet tekinteni. A test bármely részének enyhe sérülése, túltáplálva, ápolva, mozgás nélkül tartva az izmok begörcsölését okozhatja, ami nagyobb fájdalmat okoz az izomfáradtság miatt, mint a sérülés miatt.

Elég neurotikust enyhítettek és gyógyítottak meg az izomfáradtságból ahhoz, hogy két gerincmanipulátor iskola jó hírnévre tegyen szert az emberek körében.

Az idő során szélhámosok, mágneses gyógyítók és a „kézrátétel” különböző kultuszai működtek azok között, akiknek volt idejük egy enyhe sérülést nagyon nagy fáradtságos betegséggé ápolni. Vagyonokat szereztek már undorító szagú kenőcsökből, mivel állítólag gyógyulást hoztak, ha bedörzsölték velük a ficamokat és az ízületeket. Ugyanezeket a gyógymódokat el lehetett volna érni egyszerűen a testrészek bedörzsölésével is; de a gerinctelen emberek elméi, akiknek van idejük csodálatos gyógyulásokra várni, nem hinnék el, hogy gyógyítás végbemehet anélkül a titokzatos gyógyító tulajdonság nélkül, amely a gonosz kinézetű és undorító szagú gyógyszerekhez kapcsolódik.

Egy érzékeny, jelentéktelen aranyér daganat olyan feszült állapotot idézhet elő az egész izomrendszerben, hogy az alany igazoltan rokkanttá válik. Egy ilyen eset volt néhány héttel ezelőtt az én páciensem is. A vizsgálat során a záróizmok extrém összehúzódását tapasztaltam. Az egész teste feszült volt, és természetesen izomfáradtsága is volt, ami miatt azt hitte, hogy nagyon beteg ember. Lefektettem, és megtanítottam ellazulni; Aztán egy ujjamat bedugtam a végbelébe – nagyon lassan, hogy amennyire csak lehet, ne okozzak fájdalmat. Körülbelül harminc percet töltöttem azzal, hogy ellazítsam a végbélizmait. Miközben manipuláltam, a testének ellazítását tanácsoltam. Mielőtt elhagyta volna a rendelőmet, kijelentette, hogy jobban érzi magát, mint két éve bármikor, annak ellenére, hogy az idő nagy részében kórházban volt és más kezeléseken is

átesett. Utasításokat adtam neki, hogyan kell testtartást tartani, hogyan kell manipulálni a végbelet és a végbélnyílást. Minden gyomorproblémája és kellemetlensége körülbelül egy hét alatt elmúlt.

Sok ideges pácienst láttam már, akiket sok orvos kezelt, és sok betegség miatt. Az egész test feszültsége volt az egyik legkifejezettebb tünet, és az egészség nem térhetett vissza, amíg ezt a szokást le nem győzték.

A méhdaganattal, golyvával, hólyaggyulladással, gyomor- és bélrendszeri rendellenességekkel küzdők panaszai nagyrészt idegfeszültségen alapulnak, amelyet le kell küzdeni, mielőtt a kényelem és a teljes egészség visszatér.

Az állás, járás, ülés és fekvés testtartása feszültséget okozhat. Vannak foglalkozási betegségeink és érzelmi betegségeink; a kiegyensúlyozatlanság pedig bonyolítja ezeket az úgynevezett betegségeket, és feszültséget okoz.

A gyerekek hajlamosak idegessé és izgatottá válni, ha fáradtak. Ha hagyjuk őket kiadósan enni, amikor izgatottak és fáradtak, emésztési zavarok jelentkeznek. Szélsőséges esetekben görcsök alakulnak ki. A félelem és a szorongás két olyan elem, amely vitustánchoz vezet.

A testi és lelki egyensúlyra korán és idős korban is figyelmet kell fordítani.

A jó egészség későn az önuralmat, a mértékletességet mindenben, és a kiegyensúlyozottságot - a higgadtságot - jelzi. A mértékletesség nem mindenki számára ugyanazt jelenti. Vannak, akik napi három-hat szivart mérsékelt élvezetnek neveznek; mások úgy vélik, hogy havi egy-hat szivar mértékletes. Azok, akiknek érzékeny a szívük és a gyomruk, mértéktelenek, ha egyáltalán dohányoznak. Szerencsés az az ember, aki ismeri a korlátait és tiszteletben tartja azokat. Egy ilyen személyről elmondható, hogy kiegyensúlyozott.

Immunizálás

Nem lenne-e összeférhetetlen, ha az emberi evolúció során egy olyan fontos elemet, mint az autoimmunizáció kihagynánk? A teremtés nagy tervében egyetlen állatot sem felejtettek el. A támadó és védekező képességeket bölcsen biztosították, és azt feltételezni, hogy minden állatok királya – az ember – védtelen marad, a legabszurdabb. Nem, az embernek van egy idegrendszere, amelynek élén egy gondolkodni képes agy áll, amely a gyengülő idegrendszer segítségére siethet, és segíthet megújulni.

Amikor az idegrendszer normális – amikor teljes idegi energia áll rendelkezésre –, az ember normális és immunis a betegségekkel szemben. A betegségek csak akkor kezdenek megnyilvánulni, amikor a környezet és a személyes szokások gyorsabban használják fel az energiát, mint ahogy az megújul. Ezt a véletlenszerűséget a megfelelően képzett elme azonnal elkezdi orvosolni azzal, hogy eltávolít vagy legyőz minden legyengítő hatást.

Az ember betegségekkel szembeni immunizálása olyan jól rendezett életet igényel, amely idegi energiáját normális vagy ahhoz közeli szinten tartja. Amikor az idegi energiát pazarlóan használjuk, az ember legyengült állapotba kényszerül; ekkor a salakanyagok kiürülése megáll, a salakanyag – a toxin – a vérben marad, ami toxémiát vagy önmérgezést okoz – az első, utolsó és egyetlen igazi betegséget, amelyet az ember örökölhet. Minden más méreg véletlenszerű és múlandó, és toxémia nélkül nem juthat be a szervezetbe. A mérgeket lenyelhetjük, befecskendezhetjük vagy beolthatjuk a szervezetbe, és megmérgezhetjük vagy akár megölhetjük a testet; de egy ilyen élményt nem szabad betegségnek minősíteni, ahogy egy törött lábat vagy egy lőtt sebet sem.

A toxin a szervezet normális, természetes terméke, mindig jelen van. Mivel állandó, minden igényt kielégít az összes úgynevezett betegség egyetemes okára vonatkozóan. Minden különböző tünetkomplexum, amelyeknek különleges nevei vannak, a toxinválságban érintett szervekszerint vannak elnevezve; de ezek nem egyediek – csak a helyettesítő kiválasztás (eltüntetés) tünetei. Például:

mandulagyulladás, gyomorhurut, hörghurut, tüdőgyulladás, vastagbélgyulladás, ezek mindegyike toxémiás krízis, csak a helyszínben és a tünetekben különböznek. Az úgynevezett betegségek csak különböző helyeken találhatók, ahol a toxin kiválasztódik. Mindegyik betegség a toxémia egy-egy megnyilvánulása.

A toxémia az egyetlen magyarázat arra, hogy miért utasították el annyi fiatalembert a sorozóbizottságok a háború vége felé. Sokakat Franciaországba küldtek, akik hamarosan kórházakba kerültek, mivel a toxinrezisztenciájuk határához közeledtek. Az izgalom felemésztette idegeik energiáját. Az elgyengülést gyorsan követte a toxémia. Betegségeiknek nevet adtak, de az igazság az volt, hogy toxémiájuk volt, és betegségeik a toxémia krízisei voltak, ami helyettesítő eliminációt jelent. A fiúknál a hadseregbe való belépésekor elvégzett számos oltás után valószínűleg a félelem vagy a szorongás következett az elgyengítő tényezők sorrendjében.

A DIAGNÓZIS ORVOSI TÉVESZME

A modern orvostudomány szerinti diagnózis egy tünettani séma, amely nem jelent mást, mint útmutatót a szervi elváltozás – a kóros elváltozás – felfedezésében; és ha nem találnak elváltozást vagy kóros elváltozást, az esetet hazaküldik, azzal a tanáccsal, hogy néhány hónap múlva térjen vissza; vagy talán egy ideig megfigyelés alatt tartják. Még olyan esetekben is, mint amilyeneket a reumás ízületi gyulladásnál látunk, tudom, hogy hat hónapra hazaküldték, mivel nem találtak fertőzési pontot. A pácienst ezzel a kijelentéssel küldték el: „Alapos vizsgálat után nem találjuk a betegség okát. Jöjjön vissza körülbelül hat hónap múlva, és lehet, hogy addig megjelenik.”

Ennyit a gócfertőzésnek a szakma gondolkodásmódjára gyakorolt hatásáról. Tegyük fel, hogy fertőzött fogakat találnak. Vagy arcüreggyulladás, mi van akkor? Mi okozza a fogak és az arcüregek fertőzését? Miért a reuma a fertőzés tünete, és miért a gócfertőzések nem a reuma tünete? Az igazság az, hogy a reuma, a fertőzött fogak és az arcüreggyulladások, valamint a szervezetben található minden más patológia, hatás. A sérülés nélküli tünetek olyan funkcionális zavarokat jelentenek, amelyek nem ismétlődnek meg elég sokáig vagy elég gyakran ahhoz, hogy szervi elváltozást okozzanak. Ha, ahogy a diagnózis mondja, az ok a betegségben keresendő, melyik szakaszban kell keresnünk? A kezdeteknél, vagy a teljesen kifejlődött szerves elváltozásban, vagy a halott emberben?

Mackenzie úgy vélte, hogy a legelején kell keresni, ami nála a legkorábbi változást jelentette. Úgy vélte, hogy egy intenzív tanulmányozás ebben a szakaszban felfedezi az okot. Ez egy téves elképzelése volt, amit az a tény is bizonyít, hogy a reuma és a rák okát nem lehet korán vagy későn megtalálni, és hogy azok, akik úgy vélik, hogy a betegségeket kórokozók okozzák, nem találhatják meg azokat, amíg a patológiát nem találják meg. Úgy tűnik számomra, miután több mint ötven éve benne vagyok a játékban, hogy egy olyan tervet, amely ennyi munkát igényelt jutalom nélkül, el kell vetni.

A diagnózis annyira tele van a bizonytalanság elemével, hogy nem lehet rá támaszkodni.

A kutatás laboratóriumi szakértők seregét foglalkoztatja a betegségek okának, és a gyógymódoknak a felkutatásában. Kudarcra vannak ítélve; mert hogyan lehet okot találni a következményekben?

A szakember annyira korlátozott az egészség és a betegség filozófiájának ismeretében, hogy tévedésbe esik a témában; és ez a téveszme gyakran azt okozza, hogy minden esetben, amit elhoznak hozzá, agyhártyagyulladást, vakbélgyulladást, petefészekgyulladást – vagy bármilyen betegséget, ami történetesen a szakterülete – lát. Valójában a legtöbb betegségroham bármilyen okból is gyógyul, akár kezelik, akár nem, ha nem váltott át funkcionálisból organikussá.

Ez az állítás egy kis magyarázatra szorul. Azt mondják, hogy a páciensek nyolcvan százaléka meggyógyul, vagy meggyógyulhatna orvos segítsége nélkül. Minden úgynevezett betegségroham bármilyen fajta esetén toxémiaválság, ami a

telítési (toleranciás) pont fölé felhalmozódott toxin helyettesítő eltávolítását jelenti.

Ezek a krízisek olyan tünetek lehetnek, amelyeket megfázásnak, „influenzának”, mandulagyulladásnak, gyomorhurutnak, fejfájásnak vagy valamilyen más könnyű betegségnek nevezünk. Ma jelentkeznek, és néhány napon belül elmúlnak. Ha kezelik őket, azt mondjuk, hogy meggyógyultak. Ha nem kezelik őket, azt mondjuk, hogy kezelés nélkül gyógyultak meg. Az igazság az, hogy a felesleges méreganyag – a komfortosan fenntartható pont felett felhalmozódott mennyiség – megszűnik, és a kényelem visszatér. Ez nem gyógymód; ez a természet egyik enyhítése. Amikor az elgyengülés okát vagy okait felfedezik és eltávolítják, az idegi energia normalizálódik. Az elimináció olyan gyorsan távolítja el a méreganyagokat, amilyen gyorsan az anyagcsere termeli azokat. Ez az egészség – ez minden gyógymód.

Néhány szóban: Hagyjon abba minden elgyengítő szokást; hagyja abba az evést; pihenjen, amíg az idegi energia vissza nem tér a normálisra. Amikor ez megtörténik, a páciens meggyógyult. A rövid vagy hosszú böjt a legtöbb páciens számára előnyös. Azoknak, akik félnek a böjttől, nem szabad böjtölniük. Minden más úgynevezett gyógymód téveszme, és legfeljebb átmeneti enyhülés; de naponta annyi ilyen gyógymódot végeznek, hogy orvosok és kultisták nagy seregét tartsák meg kenyérkeresetben, vajban és bizonyos fokú tiszteletben. A gyógyult páciensek azonban, gleccserszerűen, folyamatosan a Sztüx folyóhoz vándorolnak – ezrek és ezrek évekkel koruk előtt, sokan még a csúcspontjuk előtt, és mindannyian téves hiedelmet tartanak fenn arról, hogy mi a betegség, és egy még ostobább elképzelést a gyógymódokról.

A TOXÉMIA EGYSZERŰSÍTI A BETEGSÉGEK MEGÉRTÉSÉT

Amikor egy gyermek magas láz, fájdalom és hányás tüneteit mutatja, mi a betegség? Lehet emésztési zavar, túlevés vagy helytelen étel fogyasztása. Lehet gyomorhurut, skarlát, diftéria, agyhártyagyulladás, csecsemőkori bénulás, valamilyen más úgynevezett betegség kezdete. A kezelés, a toxémia filozófiája szerint, lehet pozitív és bizalommal alkalmazható. Nem kell várni a fejleményekre, nem kell találgatni, nem kell hibázni. Amit teszünk, az bármely úgynevezett betegség, legyen az megnevezve vagy nem megnevezve, helyes kezelése. Szabaduljunk meg az izgató okoktól, bármik is legyenek azok. Száz esetből kilencvenkilencben a gyomor és a belek tele vannak emésztetlen ételekkel. Mossa ki a beleket, és szabaduljon meg ettől a fertőzésforrásától. Ezután vegyen kellően hosszú forró fürdőt, amely teljes mértékben enyhíti a fájdalmat. Amikor a kellemetlen érzés visszatér, vegyen még egy fürdőt. Használjon beöntést minden nap, sőt naponta kétszer, ha a tünetek megkívánják.

Amíg láz van, biztos lehet benne, hogy a belek nem tisztulnak ki. Biztosítson sok friss levegőt és vizet, és tartsa a pácienst nyugalomban. Ügyeljen arra, hogy csak víz kerüljön a gyomorba, amíg a láz és a kellemetlen érzés teljesen elmúlik; akkor először nagyon könnyű ételt adjon. Az a gyermek, akinek húst, tojást és túl sok tejet adnak, hajlamos rothadó betegségek kialakulására. Kétséges (és szerintem lehetetlen), hogy bármely gyümölcsön, teljes kiőrlésű búzán és más gabonaféléken, valamint zöldségeken nevelt gyermek valaha is elkaphat diftériát, skarlátot vagy himlőt, vagy szeptikus lázat – tífuszt.

A rendszeres orvosi gyakorlat módszerei összhangban vannak a test és az elme azon szokásaival, amelyek rosszindulatú betegségekhez, járványokhoz stb. vezetnek. Ahogy az ember gondolkodik, olyanná válik.

A rendszeres szakma hisz az antitoxinban, a vakcinában és az autogén gyógymódokban; és ezek a gyógymódok illeszkednek egy olyan életmód pszichológiájához, amely súlyos betegségekhez vezet.

A legtöbb ember szimpatizál a lehetetlen gyógymódokkal – az okok megszüntetése nélküli gyógymódokkal. Minden úgynevezett gyógymód egy napon téveszmének bizonyul majd.

Ne feledjük, hogy a gyerekek nem lesznek betegek, ha nem toxémiásak. Legyenek bármilyenek is a helyi tünetek, az alapvető ok mindig ugyanaz – toxémia plusz szeptikus fertőzés; és ha ezt az állapotot nem erősíti étel, az így kezelt esetek eltűnnek – el lesznek fojtva, ha úgy tetszik. Azok az orvosok, akik csak rendszeres gyakorlattal találkoztak, kijelentik, hogy az így gyógyuló esetek a szabálytól eltérőek és nem elég intenzívek. Természetesen ezek nem tipikusak; mivel nem bonyolították őket félelemmel és betegséget előidéző kezeléssel.

Az orvosok azt mondják: „Tegyük fel, hogy diftéria esetéről van szó? Antitoxint kell használni, mert ez egy specifikus betegség.” Mi a diftéria? A gyomor-bélrendszeri nátha miatt toxémiás páciens fertőződik meg az emésztőképességét meghaladó mértékben elfogyasztott állati eredetű táplálék bomlása miatt. A tünetek a mandulagyulladás tünetei, szürke váladék borítja a mandulákat vagy a torok más részeit, kellemetlen, csípős, büdös lehelettel. Nagy a kimerültség. Azok az alanyok, akiknél ezek a tünetek jelentkeznek, rendszertelenül élnek. Túlnyomó részben állati eredetű táplálékot és keményítőt – a hagyományos keverékeket – fogyasztanak, és nélkülözik a nyers zöldségeket és gyümölcsöket. Az egyetlen állati eredetű táplálék lehet a tej, és a páciens egy kisgyermek. Korábban hosszabb vagy rövidebb ideig fennállt már gyomorirritáció, székrekedés, esetleg több gyomorroham – akut emésztési zavar.

Bizonyos esetekben a fizikai állapot annyira súlyos, hogy a súlyos gyomor-bélrendszeri rothadás egy-három napon belül halálosan végződhet. Ezek azok az esetek, amelyeket feltételezhetően eláraszt a diftéria toxin, ami akut fehérjemérgezést – bélrothadást – jelent egy már erősen legyengült és toxémiás alanynál.

AZ AKUT BETEGSÉG MEGHATÁROZÁSA

A rosszindulatú daganat toxémiás alanyoknál fordul elő, akik folyamatosan gyomor-bélrendszeri emésztési zavarban szenvednek a túl nehéz táplálék miatt, amelyben állati eredetű anyagok, esetleg csak a tej, dominálnak. Az egész szervezet többé-kevésbé fertőzött a fehérjebomlás által. Eljön egy ünnepnap; a túltermelés válságot okoz; és a szervezetet, amely annyira legyengült és toxémiás, hogy már nem képes ellenállni, elárasztja a szeptikus mérgezés.

MI OKOZZA A HALÁLOS VESZÉLYT?

Minden járványban a halálos esetek az evő-ivók, akik nagyon legyengültek, toxémiásak és fertőzöttek a belekben lévő rothadástól. Bűn bármit is adni a pácienseknek. Nem szabad ételt adni, amíg minden tünet el nem múlik; utána gyümölcs- és zöldségleveket (soha semmilyen állati eredetű ételt hetekig). Naponta háromszor forró fürdőt kell adni. Néhány óránként beöntéssel kell öblíteni a beleket, amíg az összes rothadó törmelék teljesen ki nem ürül; és ha lehetséges, naponta gyomormosást kell végezni, amíg a gyomor és a belek teljesen ki nem ürülnek az összes rothadó törmeléktől. A páciens élete attól függ, hogy megszabaduljon a belekben még megmaradt rothadó ételtől, mielőtt elegendő rothadás felszívódna ahhoz,
hogy halált okozzon.

Minden járványos betegség tömeges ételmérgezés a kifejezetten legyengült és toxémiás emberek között. Az ételmérgezés a vegyi anyagok okozta mérgezés nagyságrendjébe tartozik. Azok, akiknek a legkevesebb az ellenállásuk (a legidegesítettebbek és legmérgezőbbek), szenvednek a legtöbbet és a legkönnyebben halnak meg; mivel a mérgezés toxémiaválságot okoz, és a két idegromboló hatás elnyomja a csökkent ellenállást, és bölcs kezelés nélkül halállal végződhet. Minden akut betegség gyomor-bélrendszeri fertőzés, amely a toxémiás alanyokra hat. Minél legyengültebb és toxémiásabb az alany, annál súlyosabb a krízis. Bárki, akinek esze van, bizonyára látja a veszélyt abban, hogy ételt adunk, amikor a betegség kiváltó oka az ételmérgezés.

Tartsa a pácienst melegen, nyugalomban és jó levegőn. A kezelés káros. A rothadás megszüntetése a legfontosabb. Az ilyen betegségek csak a kifejezett legyengültség és toxémia, valamint a nagyon rossz étkezési szokások esetén

alakulnak ki.

ÖSSZEFOGLALÁS

Röviden összefoglalva a toxémiás módszerek és a „hagyományos orvoslás” közötti különbséget: A toxémia egy olyan rendszer, amely a betegség valódi okán – nevezetesen a toxémián – alapul. A toxémia kialakulása előtt a természetes immunizáció véd a baktériumoktól, parazitáktól és minden fizikai viszontagságtól. A toxin melléktermék, amely ugyanolyan állandó és szükséges, mint maga az élet. Amikor a szervezet normális, akkor termelődik és olyan gyorsan ürül ki, mint ahogyan termelődik. A termelés helyétől a kiürülés helyéig a vér szállítja; ezért a szervezet soha nem mentes a toxintól a vérben. Normális mennyiségben enyhén stimuláló hatású; de amikor a szervezet legyengült, a kiürülés leáll. Ezután a visszatartott mennyiség túlstimulálóvá – mérgezővé – válik, enyhe túlzástól olyan mértékűvé, hogy az elárasztja az életet.

A kezelés olyan egyszerű, hogy megdöbbenti azokat, akik hisznek a gyógyításban. A hősies kezelés betegséget szül. Keresd meg, hogyan pazarolódik az idegenergia, és állítsd meg – állíts meg minden idegszivárgást. Ezután a normális kerékvágásba való visszatérés idő kérdése, amelyben a természet maga gondoskodik minden javításról. És neheztel segítség vagy orvosi hivataloskodás miatt.

Írásban és tanácsadásban gyakran elkövetem azt a hibát, hogy természetesnek veszem, hogy a tanács fogadója megérti, amire gondolok. Miért is értené, ha nem fejeztem ki szóban vagy írásban, hogy mit akarok mondani?

Az idegszivárgások megállításával kapcsolatban könnyű nekem azt mondani: „Tudd meg, hogyan pazarolódik az idegenergia, és állítsd meg – állíts meg minden idegszivárgást” stb. Megdöbbentem a saját ostobaságomon, hogy azt mondom egy páciensnek, hogy hagyja abba sajátmaga gyöngítését, és úgy fejezem be, hogy az ügy egy vagy két durva erőtelenítő szokás megnevezésével végződjön; például: Hagyd abba az aggódást; hagyd abba a dohányzást; hagyd abba a stimulánsokat; kontrolláld a kedélyállapotodat; hagyd abba a túl gyors evést; ne engedd magad izgatottá válni. Egyetlen erőtlenítő szokás abbahagyása is előnyös; de a megbízható egészség egyáltalán nem tűr erőtlenítő szokásokat.

Az erőtlenség okai

A betegség megértéséhez szükséges ismerni az okát; és mivel a toxémia minden betegség oka, és mivel az erőtlenség – az erőtlen test és elme – a toxémia oka, azoknak, akik páciensek és meg akarnak gyógyulni, és akik tudni akarják, hogyan maradjanak egészségesek, tudniuk kell,
mi okozza az erőtlenséget.

Egy normális, egészséges ember az, aki kiegyensúlyozott (önuralommal rendelkezik), és akinek nincsenek idegeket romboló szokásai. Az önuralommal rendelkező ember olyan ember, akit nem irányítanak, nem rúgnak, nem bilincselnek meg, és nem hajtanak a szokások.

Az ember vagy önmaga ura, vagy az étvágya és az érzéki örömei uralkodnak rajta. Ha az előbbi az, akkor egészségben él, amíg ki nem merül; és kilencven és százötven év között kell leépülnie. Ha az utóbbira hajlik, de szokásai többé-kevésbé irányban vannak – mérsékeltek –, akkor hatvan-kilencven évig is élhet. De ha érzéki ember – szokások és szenvedélyek uralják, lefekvés után feláll, hogy elszívjon egy utolsó cigarettát, vagy megebédeljen, vagy éjszaka felkel és dohányzik (ismertem egy híres orvost, aki dohányt használt az alvás biztosítására; ötvennégy éves korában halt meg), vagy iszik egyet, hogy megnyugtassa az idegeit és elaltassa magát, vagy a nemi lét határait tévesztette –, akkor ingerlékeny, morcos lesz, és idő előtt meghal.

A túlzások undorító vadállattá változtatják az embert. A „vadállat” szó itt az önuralom nélküli ember állapotát fejezi ki. A jó alkatúak gyakran neurotikusokká

válnak, akik messze maguk mögött hagyták az egészséget és a kényelmet. Sokan csak rövid ideig ismerik a kényelmet, és akkor is drogok vagy stimulánsok hatására.

Országunk fiataljai gyorsan haladnak a többféle függőség állapotába – többféle függőség, jazz, dohány, alkohol és simogató partik; szexuális neurózist fejlesztünk ki, amelyet bénultak, epilepsziások, elmebetegek, idióták, idióták és szörnyetegek generációja követ, akik a fentiekbe beleesnek, ha nem halnak meg akut betegségben.

Ez az osztály harminc éves kortól él a kloroformosodó korig - hatvan évig. A többség korán meghal. Gyorsan közeledünk az impotencia korához. Ismertem egy kiváló elméjű embert, aki harmincöt évesen végtagi mozgási zavarban (ataxiában) halt meg. Idézek néhány sort
saját írásaiból, amelyek életének utolsó évében történt állapotáról szólnak:

Vajon kristályosíthatnám-e ezeket az éjféli könnyeket,
És gyűjthetnék-e gyöngyöző keserűségükből
egy rózsafüzért az égő ajkakra, hogy megnyomjam,
Néhány fájdalom szülte jelét ezeknek az örömtelen éveknek,
Hogy megtanítsam a megmentő hitet, a felvidító reményt;
Akkor azt parancsolnám a szorongás e forrásainak,
Hogy gyorsan és szabadon folyjanak, ha szomorú árjaik áldást hozhatnának,
Vagy békét mormolhatnának egy szegény szenvedő fülébe.

A világom végre ebbe a kis szobába zsugorodott,
Ahol, mint egy fogolynak, most maradnom kell.
Inkább lennék fogoly a homályban
Egy nedves börtönben, láncomat tépve;
Mert akkor talán elnyerhetném a szabadságomat.
Ó, Istenem! Ha arra gondolok, hogy itt kell sínylődnöm,
Béklyózva a betegségtől és alázatoskodva a fájdalomtól,
Hogy évről évre élő halált haljak,
Az öröm száműzve a mellemből és a bánat fészkel ott.

Gyakran gondolok arra, hogy egykor ezek a botladozó lábak,
Amelyek most alig tudnak ágyamba vinni,
Gyorsan követték, mint a szél,
Az a baljós sugarat, amely a pusztulásba vezetett;

Te uralkodó hatalom, vagy szerelem, vagy vágy,
Vagy szenvedély, vagy bármi más vagy,
Hogyan váltak porrá a bíbor rózsáid,
És hogyan szórták el hervadt leveleiket erre a szívre!
Bár most már mérgezett dárda hasítja át az eszemet,
mint egy vipera fullánkja, mégis érzem,
Nehéz elválni Egyiptom húsfazekaitól;
és gyenge, kóborló pillantásaim gyakran lopóznak vissza
az édes, bűnös dolgokhoz, míg érzékeim meg nem rezzenek.

Még egy menedék maradt, ahová menekülök:
Kedves álomszerű ital, amelyben gyakran
Testtel-lélekkel újra hozzád fordulok,
és Lethe patakján sodródom a Feledés tengerén.

Harmincöt év rövid élet egy olyan agynak, amely úgy képes megidézni az angol nyelvet, ahogy a fenti részletek mutatják. Ezrek fizetik meg azt az árat, amit ez az ember fizetett, de nagyon kevesen tudnak ennyi csodálatot és szimpátiát kivívni hattyúdalaikkal. Kevesen tudják olvasni a hattyúdalok pszichológiáját. Ezek gyakran egy élet összefoglalásai.

ERŐSÍTŐ SZOKÁSOK

BABÁK

A csecsemőket nem szabad túl sokat rángatni; ne aludjanak az anyjuk karjában; ne tegyék ki őket erős fénynek, hangos beszédnek, zajoknak, túl sok melegnek vagy hidegnek; ne lökdössék őket babakocsiban, autóban, vonaton, villamoson.

A nagyon kicsiket megbetegíti a bárminemű túl sok izgalom. A nagyon kis gyermekeket elég csendben kell tartani, hogy mindig aludjanak, kivéve fürdéskor és ruhacserekor. Nem szabad felvenni őket minden alkalommal, amikor izgulnak. Csak meg kell szárítani őket, és meg kell változtatni a testhelyzetüket.

A kisgyermekeket nem szabad négy óránál gyakrabban etetni, és még olyan gyakran sem, hacsak nincsenek ébren. A gyermek felébresztése étkezésre nagyon felesleges és káros.

Az ember egy agy-gerinc dinamó, és amennyire csak lehetséges, statikus állapotban kell tartani, az idegenergiát későbbi felhasználásra megőrizve. A higgadtságot vagy önuralmat - a gyermek megtanítását arra, hogy elégedett legyen egyedül - már születésükkor el kell kezdeni.

A gyerekeknek nincs szükségük szórakozásra. Amikor egyedül hagyják őket, szórakozást találnak abban, hogy megismerkednek önmagukkal. Azok a gyerekek, akiket elkényeztetnek a szórakoztatással – tánccal kísérve őket –, elégedetlenséget fejlesztenek ki és elgyengíti őket, ami kedvez a „gyermekekre jellemző betegségeknek”.

GYERMEKEK

Az iskoláskorú gyerekeket elgyengíti az, hogy iskolai munkára, testmozgásra és mindenféle izgalomra sürgetik őket. A játékot korlátozni kell. Amikor hisztéria jelentkezik, állítsuk le a játékot.

A sok tanulás, a vizsgák, a vágy nélküli testmozgás, a mindenféle versenyvizsgák szeszélyes étel utáni sóvárgást okoznak. Amikor egy növekvő gyermeket idegi kapacitásának végére kényszerítenek, a természetnek valamilyen módon kímélnie kell magát; és mivel nincs mód a konvenciók örökös őrlését megkerülni, az evés iránti normális vágy elvész.

Kényszerített etetés a súlygyarapodás érdekében. – Az iskolai étkeztetés egész rendszere az egészség tönkretétele a gyermek elgyengítésével, ha nem is megölésével.

A szövetségi kormány ezreket tesz tönkre fiataljaink közül, beteges szokásokra tanítva őket. A kormánynak nyugdíjat kellene adnia nekik, és szabadon kellene engednie őket. A jelenlegi kényeztetés nemcsak a volt katonákra káros, hanem azokra is, akik meg akarják tartani kórházi állásukat.

Az orvosoknak képesnek kell lenniük felismerni a ravaszságot és a mesterkedést. A beteg szokás gyakran viccből, kísérletből indul – csak hogy lássák, hogyan fogadják az érdeklődők –, és a megtévesztő megtévesztésével végződik.

Gyakori szokás, és amely gyakran beteges szokáshoz vezet, az önsajnálat – saját magunk sajnálata. A gyerekek hajlamosak beteget játszani, hogy megvehessék, amit akarnak. Még az iskolai ebédek adása is gyengít, elégedetlenséget szülve. Betegségkeltő. A gyerekeknek önálló szellemet kell adni – a büszkeség menti meg a világot.

Aztán, hogy iskoláink idegromboló szokásainak egészéhez hozzáadódjon, a fogakat is ki kell egyenesíteni; ami az idegekre nehezedő nyomást és kisebb-nagyobb irritációt jelent. A mandulákat és a vakbelet el kell távolítani. Ez egy káros orvosi divathóbort. Táplálkozz helyesen, és nem lesz ok a műtétekre.

Oltást és szérumokat kell használni az olyan betegségek elleni immunizálásra, amelyek az összes megelőző ok által okozott legyengültségből erednek. Ez egy újabb értelmetlen divat, ráadásul betegségeket halmoz fel.

Az emberek a helytelen életmódtól betegszenek meg. A műtétek eltávolítják a felegyenesedés képességét. Ha megállítják az okot, a betegség elmúlik. A természet gyógyít, ha hagyjuk, a legyengültség okainak eltávolításával.

Elkényeztetett és elrontott gyermekek. – Ez olyan rossz és legyengítő szokásokat hoz magával, mint az ingerlékenység, a makacsság, a túlevés, a helytelen étkezés és a dühkitörések. Sok idősebb gyermek dohányzik, kávézik, és túlzott mennyiségű édességet és péksüteményt fogyaszt. Az önbántalmazás sokaknál korán elkezdődik, és gyomorpanaszokat okoz. A serdülőkor túlzott tánccal, alváshiánnyal, dohányzással, ivással, bujasággal, nemi betegségekkel és a következmények szemléléséből fakadó félelemmel jár. Az ingerlékeny gyerekekkel nehéz bármit is tenni. Azért ingerlékenyek, mert kényeztetik őket, és nem törődnek velük.

Bűn nem ellenőrizni a gyerekeket. Kényszeríteni kell őket az engedelmességre. De ne várjuk meg, amíg betegek lesznek. Mogorva ingerlékenység betegségeket okoz, és a gyermeket betegen tartja.

Félelem. – A félelem a legsúlyosabb oka az legyengülésnek. A gyerekek sok félelemnek vannak kitéve. Arra nevelik őket, hogy féljenek a sötétségtől, a mumustól és a büntetéstől. A szülők gyakran félelemben tartják a gyerekeket azzal, hogy ingerülten elverik őket a legkisebb ürügyből. Sok szülő van, aki a gyermekei előtt veszekszik. Ez szörnyen gyakori.

A törvényen kívüliség otthon és az anya kebelén kezdődik. Egy gyermek, aki nem tudja tisztelni a szüleit, nem fogja tisztelni az állam vagy a nemzet törvényeit sem. Egyetlen szülőt sem tisztelnek, akinek nem engedelmeskednek azonnal és feltétel nélkül. A feltétel nélküli engedelmesség a jellemformáláshoz szükséges fegyelem. De a gyerekek nem fogják betartani azokat a törvényeket, amelyeket a szülők figyelmen kívül hagynak.

A családi boldogtalanságban betegségek és bűnözés születnek, és az orvosok, a jogászok és a teológusok semmilyen segítsége sem gyógyíthatja meg őket; mert egyikük sem szünteti meg az okot. Akik krónikus betegségben halnak meg, azoknak nincs önuralmuk.

Sok félelem és szorongás van egy gyermek életében. Egyetlen gyermek sem élhet boldogan félelemben otthon, iskolában vagy templomban. A tisztelt szülők által tanított fegyelem szeretetet, és nem félelmet hoz.

A élet hossza megnőtt, mióta a pokol tüzéről és a kénkövekről már nem tanítanak és ezek nem keltenek a félelmet. A félelem által éppen tartott erkölcs nem ad egészséget, és egyáltalán nem erkölcs. Távolítsd el a félelmet, és ezt a csőcselék szabadsága követi. A félelem és a szeretet ellenszer. Az embert arra tanították, hogy félje Istent, és ugyanakkor szeresse Őt. Ahol a félelem valós, a szeretet kitalált. Mivel a szeretet az alap, amelyre az etika épül, a félelemre épülő szeretet szemfényvesztést épít; és ez a civilizációnk minden hagyományos hazugságának alapja.

A félelem a gyermekekkel kapcsolatos minden területen, a fogantatásuktól a születésükig, és az iskolai életben, a társasági életben és a házasságban, elgyengüléshez vezet. Az értékes tudás hiánya arról, hogyan kell etetni és más módon gondoskodni a gyermekekről, szükségtelen aggodalmat kelt a szülőkben az egészségük miatt. Az a tudás, amely sajnos szinte minden otthonban hiányzik, hogy hogyan tanítsuk meg a fiatalokat arra, hogy kerüljék el az egészségük tönkretételét és elméjük megbénítását a játékban, evésben, ivásban, a kedélyállapot és az érzelmek megfékezésében, valamint az önszennyezésben való túlkapásokkal. A fiataloknál ezeket a túlkapásokat betegség követi. Nincs olyan önpusztító és olyan általánosan gyakorolt szokás, mint a nemi úton terjedő izgalom; és nincs olyan szokás, amely ilyen kevés figyelmet kapna a szülőktől.

Az ataxiát -végtagi mozgási zavart - állítólag a szifilisz okozza, de valójában az agy-gerincvelői elgyengülés okozza, amelyet az érzékiség minden formája – különösen a nemi úton terjedő – vált ki. A betegségben szenvedők általában korán kezdik az onánizmust. A szülőknek meg kellene tanítaniuk a gyermekeiket arra, hogy kerüljék a romboló szokásokat. Mozgásszervi ataxiás páciensek bevallották nekem, hogy már nyolc éves korukban elkezdték az önszennyezést. Tíz-tizenöt év az, amikor az aktív szennyezés elkezdődik. Hacsak egy orvos nem nagyon tapintatos, a fiatalok nem fognak ilyesmit bevallani. Azt kell mondanom, hogy nagyon kevés fiú volt őszintétlen hozzám. Ez a gyakorlat nem egészen olyan gyakori az ellenkező nem körében.

Az ilyen jellegű fizikai bántalmazás közel sem annyira legyengítő, mint hagyni, hogy az elme a szexuális témákon időzzön. A buja álmodozás ugyanúgy rombolja az áldozatot, mint a túlzott bujálkodás. A korai szennyezés, majd a túlzott bujálkodás gyakran olyan elmét tesz lehetővé, amely ragyogna a főtéren és az intellektuális törekvésekben. Van azonban különbség a beszédesség és a fecsegés, valamint az értelem lakomájának adása között. A húsz- és huszonöt éves ragyogó elmék gyakran negyvenöt évesen középszerűségbe fajulnak a nemi úton szerzett túlzások miatti agyi gyengeség miatt. Ehhez adjuk hozzá a szexuális bántalmazást, a dohányzást, a kávét, a teát, az alkoholt és a túlzott vagy helytelen étkezést, és nem csoda, hogy a hatvanéves férfi aligha alkalmas másra, mint elaltatásra, ha a természet még nem alkalmazta az eutanáziát.

FELNŐTTEK

A felnőttek is sok félelemmel küzdenek az életükben. A megélhetési probléma szorongást okoz; de amikor már elég sok halmozódott fel, és a félelem ezen a téren feleslegessé válik, akkor az ember attól fél, hogy valami történhet, ami visszaszorítja a sorban. Miért? Nincs bizalom az üzleti etikában – nincs Isten az üzleti életben.

Üzleti aggodalmak. – Az üzleti aggodalmak a gyengülés forrásai. Az üzlet – bármilyen üzlet – nem az aggódás oka. A jól végzett munka gyönyörűség, és minden, ami gyönyörködtet, jellemformáló. A hanyagul végzett munka kielégíthetetlenné tesz; de az aggódó soha nem néz magába, hogy megtalálja az okát. Ez az élet idővel gyengülést hoz, és annak következményeként betegséget; majd további aggodalmakat, amelyek gyógyírt keresnek. Az üzlet az, amivé az ember teszi. Az üzlet alapos ismerete, becsületességgel és szorgalommal, minden aggodalmat megszüntet, és idegenergiát takarít meg. Az aggódás nem növeli a hatékonyságot; a hatékonyság hiányát sem szünteti meg az aggódás. Az aggodalom, az érzelmek feletti kontroll hiánya, a helytelen étkezés, az élénkítőszerek mind betegségeket okoznak.

Semmi sem segíti elő jobban a kiegyensúlyozottságot, mint a személyes szokások és foglalkozás alapos ismerete. A blöff és a hencegés egy időre „ráteheti” az emberekre a hatékonyság gondolatát; de ahogy a csirkék hazajönnek, az igazság biztosan kiderül. Az aggodalom, még ha sima külsejű is, áttör; a dolgozó összeomlik – a betegség el fogja követelni őt. Az aggodalom terhét cipelő háziasszonyok elgyengülnek és elveszítik egészségüket. Aggodalmuk oka az étkezés feletti kontroll hiánya, az érzelmek feletti kontroll hiánya, a testükkel való törődés hiánya és a hatékonyság hiánya. Ahelyett, hogy határozottan nekilátnának, hogy eltávolítsák az összes hibát, azok elnyomják őket. A fékezhetetlen kedélyállapotot le kell csillapítani, különben az fogja elnyomni azt, aki enged neki. A pletykálkodás nem egy csodálatra méltó tulajdonság, és ha nem győzzük le, idővel elriasztja a barátokat. Az irigység és a féltékenység olyan rákfajta, amely kirágja azokból a lelket, akik engednek nekik. Mi marad szeretnivaló, ha a lélek eltávozott?

Amikor valaki a lustaság és az egészséget romboló szokások miatt megengedi magának, hogy a barátai által elvárt színvonal alá süllyedjen, ne lepődjön meg, ha elfutnak előle.

Kik azok az idősek, akiket egyedül hagynak? Azok, akik önző életet éltek – akik

szórakoztatást követeltek, amikor el kellett volna foglalniuk magukat. A boldogságnak és a szórakozásnak belülről kell fakadnia – a szolgálat, a munka, a könyvek szeretetéből. Ha ez a fiatalság és az öröm forrása nem található meg, mielőtt az öregség ránk kúszik, egyedül találjuk magunkat. Még egy tömeg közepette is egyedül leszünk, örökre egyedül. Mi lehetne szánalmasabb?

Önkényeztetés. – Az önkényeztetés ellentétes az etikával, és elítélik. Mi a helyzet a falánkok etikájával – mi a helyzet a vallásukkal? A túlzás mindenben az abnormális önző kényeztetés nyomában halad. Ebbe a kategóriába tartozik az önsajnálat és a gyógyulás utáni vágy. A pazarló szokások, még ha kimeríthetetlen készlet áll is rendelkezésre, önpusztító morált építenek fel, amelynek nyomán, mint egy végzet nyomán, korai halálhoz vezet az út. Az okokat szívbetegségnek, agyvérzésnek, bénulásnak, vesebetegségnek, öngyilkosságnak stb. nevezik; de mi van egy névben? A nevek mind félrevezetők; mert az ok – először, végül és mindig – egy önző test és elme – romboló önkényeztetés.

A természet tanulmányozása feltárja azt a tényt, hogy az embernek a szolgálatért kell élnie; nem alamizsnát adnia, hanem segítenie kell másokat abban, hogy magukon segítsenek.

Az élénkítőszerek használatában való önkényeztetés, még mérsékelt mértékben is, állandóan megterheli az idegrendszert; és eljön az idő, amikor az utolsó szivar, az utolsó csésze kávé, az utolsó kiadós étkezés elszakítja az életfontosságú zsinórt; és a váratlan eshetőség mindig váratlan és meglepő.

Azt mondják, hogy a túlhajszoltság elgyengít; de ez egy kifogás, amely mögött számos rossz szokás rejtőzik, amelyek inkább ölnek, mint a munka. A munka öröme nélküli munka elgyengítő és betegséget okoz; kielégítetlen elme – vágy arra, hogy más munkával foglalkozzunk, mielőtt a végzett munkában elérnénk a hatékonyságot; nagyobb vágy a fizetésre, mint a jó munka elvégzésére. Egy munka soha nem jól elvégzett, amíg nem ölti magára a munkás egyéniségét. A kreatív ösztönnel kell dolgoznunk. Munkánkat a teremtő képére – a teremtő szeretetére – a munka képére kell létrehozni, nem a javadalmazásra.

Az elégedetlenség és a túlhajszolt érzelmek elgyengítenek. Aggodalom, félelem, bánat, harag, szenvedély, düh, túlzott öröm, depresszió, elégedetlenség, önsajnálat, büszkeség, egoizmus, irigység, féltékenység, pletykálkodás, hazugság, becstelenség, kötelességek és találkozók elmulasztása, félreértések kihasználása, barátok hiszékenységének kihasználása, bennünk megbízók bizalmával való visszaélés – mindezek gyengítenek, és idővel gyógyíthatatlan betegséget alakítanak ki.

Gyász. – A gyász gyengítő. Azok, akik nagyon gyengültek és mérgezettek, a gyász lesújtja őket, és, hacsak nem fektetik ágyba, és nem tartják őket melegen és nyugalomban, etetés nélkül, meghalhatnak. Az ilyen körülmények között elfogyasztott étel nem emésztődik meg, hanem méregként hat. Vannak, akiket egy nagy gyász életük végéig rokkanttá tesz.

Sokk. – A sokk, legyen az mentális vagy fizikai, olyan mértékben legyengítheti az embert, hogy szívelégtelenségben halált okozhat, vagy állandó idegesség követheti. A helytelen étkezés vagy a túlevés megakadályozhatja az egészség visszanyerését. A sokk, amelyet sok katona elszenvedett a világháború alatt, a dohányzás és más legyengítő szokások miatt állandó rokkantsággá változott. A túlevés minden bizonnyal megakadályozza az egészség visszanyerését.

Düh. – A harag nagyon legyengítő. A mindennapos dühkitörés mélyreható legyengülést okoz. A legkisebb provokációra is fellángoló indulat tönkreteszi az emésztést és idegességet okoz. Kontroll nélkül epilepszia alakulhat ki, és a rák véget vethet az életnek. A krónikus morgás hajlamos gyomorfekély vagy gyomorrák kialakulására. Azoknál, akik nem tudják kontrollálni a dühüket, gyakran alakul ki reumás ízületi gyulladás, artériás keményedés, epekő és korai öregség.

Egoizmus. – Az önszeretet, az önzés, a mizantropia és a bizalmatlanság miatt az egoista mások minden cselekedetében barátságtalanságot lát – mindenki ellene

van. Ez elgyengülést és toxémiát okoz, ami számos idegi zavarhoz, sőt őrülethez vezet. Egy mizantrop mindenek felett önmagát szereti. Abban a pillanatban, amikor a legközelebbi és legkedvesebb barátját gyanúba keveri, a barát feje képletesen leesik. Az egoista mindenkit gyűlöl, aki nem tudja táplálni a hiúságát. A gyűlölet és a harag mindig jelen van, de gúnyos mosollyal burkolva, amikor finomkodás vagy cselszövés ezt követeli. A barátságnak, a becsületnek, az őszinteségnek és az igazmondásnak el kell tűnnie, amikor az önérdeket sértik vagy elhanyagolják. Az ilyen típusú emberekben nincs hála. Mindent követelnek, és semmit sem adnak hátsó szándék nélkül. Ahol az egoizmus enyhe, ott talán nem lép túl a kellemetlen, tolakodó
önzésen.

Önzés. – Az önző természet mindig először önmagával törődik. Az önzés egy gyakori típusa a gyermekek iránti szeretet. De amikor egy fiú vagy lány az apa kívánsága ellenére házasodik, az örökségből való kitagadás következik. Miért? Mert megsértették a büszkeségét. A szerelem gyakrabban önző ambíció, mint a vonzalom. Az önzés elgyengüléshez és toxémiához vezet.

Ambíció. – Az önző típusú ambíció rossz egészséget hoz; mert oly sok csalódással találkozik. Ahol sikeres, lehetővé teszi a sikeresnek, hogy kielégítse érzéki természetét, ami az önző kielégülés nyomán következő úgynevezett betegségekhez vezet. A nemes ambíció önuralommal és az emberiség szolgálatával jár, és az egészség és a hosszú élet a jutalma. A hivalkodás, a kérkedés ambíciója múlandó kielégülést ad; de többet pazarol idegi energiából, mint amennyit ér. Több ezer félig rokkant nő okoz magának toxémiás krízist jutalmul azért, hogy vacsorákat ad, és mutogatja ruháit, otthonait és berendezéseit. A nők együgyű, ostoba ambícióikat elégítik ki, és az izgalmaikért megromlott egészséggel fizetnek. Sokan több energiát pazarolnak egy délutáni kártyapartin, mint amennyit egy hét alatt meg tudnak újítani.

Irigység. – Az alantas és betegséget okozó irigység vonakodó természetű. Az ilyen irigységgel rendelkező férfi vandál. Franciakulcsot csúsztat azok gépezetébe, akikre irigykedik. Gyanúsítgatásokkal mérgezi meg a hírnevet.

Aki ellopja a pénztárcámat, az szemetet lop;
ez valami, mégis semmi;
Enyém volt, most az övé, és ezrek rabszolgája volt.
De aki ellopja tőlem a jó nevemet,
Megfoszt attól, és nem gazdagítja őt,
És valóban szegénnyé tesz. (Shakespeare.)

Ha biztonságban van, az ilyen ember annak a határáig is elmegy, hogy testi kárt okozzon azoknak, akiknek érdemei az övéi felett magasodnak. A dicséretes irigység az a vágy, hogy sikerben felérjünk az irigyelthez. Örülni mások sikerének, és megpróbálni felérni hozzájuk, ahol a sikert érdemek alapján érték el, egészséges elmét és testet épít.

Szerelem és féltékenység. – Salamon szerint: „A szerelem erős, mint a halál; a féltékenység kegyetlen, mint a sír.” Salamonnak tudnia kellett volna.

Shakespeare mindent tudott, amit érdemes tudni, egészen a maga koráig. Azt mondta:

Hány bolond szolgálja az őrült féltékenységet!
Egy féltékeny nő mérges kiáltása
Mérgezés, mely halálosabb, mint egy veszett kutya foga.

A túlfűtött érzelmek szisztematikus mérgezése ismert, amióta csak az érvelni tudunk; de azon kívül azonban, hogy tudjuk, hogy „a szervezetben méreg keletkezik” a nagy haragból, szeretetből, féltékenységből, gyűlöletből és bánatból, hogy pontosan mi is az a méreg, és hogyan keletkezik, soha nem sikerült kielégítően megmagyarázni, amíg a Toxicitás filozófiája világossá nem tette. A féltékenység patológiáját Shakespeare jól ismerte, amint azt a szavak is bizonyítják, amelyeket néhány szereplőjének szájába adott.

A túlzott érzelmek – például a féltékenység vagy a nagy düh – mélyreható elernyedést váltanak ki, ami gátolja a kiürülést. Ez elárasztja a vért méreganyagokkal, és rosszindulatú Toxicitást okoz toxinrészegség formájában, ami a harcias természetű embereket őrületbe kergethet. Gyilkosság, több gyilkosság is előfordul néha. Azoknál, akik jobban törődnek másokkal – azoknál, akik kevésbé szeretik az önmagukat –, az öngyilkosság véget vet a pszichológiai viharnak.

A féltékenység és a viszonzatlan szerelem, ha nem rosszindulatú – viharszerűen fejlődik ki, egy bűnös, erkölcstelen személyben – idővel aláássa a szervezetet azáltal, hogy fokozatosan növekvő legyengültségi és toxémia állapotot tart fenn. A nátha gyulladásai és fekélyei egyre rosszabbak lesznek, a végső gyógyulás reménye nélkül, amíg az legyengültség okait le nem győzik le, nevezetesen az elmét és a testet legyengítő szokásokat, amelyek közül a féltékenység a legfőbb.

Túlevés. – A túlevés egy gyakori és egyetemes gyengítő szokás; túl sok zsír – tejszín, vaj, zsíros húsok, olajok, gazdag sütemények, édességek – fogyasztása; túl gyakori evés; étkezések között evés, és az emésztés ellenőrzése vízivással az étkezések között.

Az ételmámor gyakoribb, mint az alkoholmámor. A tudatalatti olyan szorgalmas, mint egy méhkas, helyettesíti, ellenszert ad, és helyrehozó munkában van; az egyik serkentő túlzást a másikkal helyettesíti – whiskyt, dohányt, ópiumot stb. követel a falánk evés helyett; izgalmakat, sokkokat, érzéki túlzásokat az ételmérgezés helyett.

A kielégítetlen érzéki igényeket túlzásba vitt evés vagy más stimulánsok elégítik ki; és amikor a természet ellenáll követeléseinek, az áldozat ámokfutásba kezd. Egy francia juhász lánya, akinek apja ellenezte, hogy férjhez menjen egy szeretőjéhez, megölte a szülőt, miközben az a tábortűz mellett aludt. Röviddel a tragédia után néhány férfi érkezett a táborba, és rajtakapta a lányt, amint az apja szívét ette, amelyet kivágott és tűzön sütött meg. Amikor meglepődött a kannibál lakomán, felemelte a szív maradékát, és gúnyos nevetéssel kijelentette: „Összetörte a szívemet, és én az övét eszem.”

Csak nem sokkal ezelőtt egy dzsessz- és alkoholmániás lány túlfeszült idegei arra kényszerítették, hogy megölje anyját, mert utóbbi vállalta, hogy szembeszáll vele tudatalatti igényeinek kielégítésében, a további stimuláció iránt.

Amikor az elgyengülés és a toxémia eléri a fent említett két lánynál látható részegség állapotát, a polgári és erkölcsi törvények feladják a tudatalatti törvényeket, amelyek, a kozmikus törvényekhez és rendhez hasonlóan, erkölcstelenek, de a szükségszerűséghez hűek.

A pszichológiai, akárcsak a fizikai, ciklonok kilógnak a szabályos rendből, mégis engedelmeskednek természetük törvényeinek. Nincsenek gátlásaik, amiket cáfolnának, hanem olyan könyörtelenül tépik szét a rendet, mint az ördögök.

Minden embernek tudnia kell, hogy az ilyen jelenségek lehetségesek számára, és hogy az ilyen katasztrófákhoz vezető út a szokások elgyengítése. A tiltás egy gyönyörű ideál, de csak egy
társadalmi betegséget enyhít, miközben egy nagyobbat épít. Melyik anya ne szeretné inkább, hogy a fiát részegen hozzák haza a sarki italboltból, mint hogy lássa, ahogy a börtönbe kísérik, bilincsben egy rendőrhöz kötve?

Az agyra összpontosító elgyengülés és toxémia neurotikus állapotokat hoz létre, mindenféle tünetkomplexummal. A részegség helyettesíti a bankrablást és más törvényen kívüli tevékenységeket. Amíg az ételmámor megőrzi presztízsét a szakmák körében – orvosok írják fel; vasárnaponként fecsegnek nekünk, és hétfőn eldöntik a verekedéseinket –, addig több kell, mint rendeletek a törvény és a rend betartatásához. A legtöbb törvényünket akkor hozzák, amikor a törvényhozók ételtől és dohánytól részegek.

A részegség és a bűnözés minden fajtája helyettesítő méreganyag-kiválasztás – toxémiaválság. A mértékletesség kikényszerítése és a bűnözés megfékezése a célját kell, hogy elérje – nevezetesen, hogy az emberek mértékletesek és törvénytisztelőek legyenek. Az oknak nyilvánvalónak kell lennie a természet tanulmányozója számára. Vágyaink a tudatalatti szükségleteinken alapulnak; az érzelmeknek és az etikának semmi köze ehhez. A tudatalattink nem erkölcsös és nem is erkölcstelen; a Nagy Kozmoszhoz tartozik, amely szisztematikus, tökéletesen rendezett, de erkölcstelen. Bármilyen mértéktelenség olyan igényt teremt, amely, ha nem a szokásos módon elégül ki, más kielégítési módokhoz fordul. A sebész, a törvények és a fájdalomcsillapítók talán enyhítik a hatásokat, de a gyógymódok az okok eltávolításán alapulnak. A törvényhozók sarlatánok. Az önuralom az egyetlen gyógymód. Az önuralom fejlesztéséhez meg kell érteni a szükségletet.

A falánkság eredménye rothadást okoznak a belekben. Az idegi energiát a szisztémás fertőzések elleni védekezésben használják fel. A test felszínére áramló vér a melegítés – sugárzás – hideg- és melegállóság céljából a gyomor-bélcsatorna nyálkahártyájához jut, hogy semlegesítse a szeptikus anyagot, amely a nedvszívó anyagokon keresztül a rendszerbe jutni készül. A nyálkahártya vértől megduzzad, ami mukorrheát (túlzott nyálkaváladékozást) okoz. Ezt nevezzük hurutnak. Ez a váladék mechanikusan megakadályozza a rothadás felszívódását, és a vérből kivonva az antitesteket, ellenszerként is hat.

A falánk ember beleiben állandóan csata zajlik. A tudatalatti minden lehetséges segítséget bevet, és amikor a szervezet kiürül az automatikusan generált ellenanyagoktól, a tudatalattija az áldozatot alkohol, dohány, kávé, tea, fűszerek és további ételek keresésére küldi. A méregtől, a bélrothadástól és a dohánytól részeg Szolonok által hozott erkölcsi prédikációk és tiltó törvények, mint minden szörnyeteg, torzszülöttek.

Az étel és az élénkítőszerek iránti kielégíthetetlen vágy a test gyenge állapotát jelenti, amelyet a túlzott élvezet – a túlzott stimuláció – okoz.

A napi háromszori evés utáni hajtó vágy gyengülést jelent; a baj már csak egy kicsit odébb van. A bölcsek elfoglalják magukat és korrigálják az étvágyat.

A perverz étvágyat a túlevés okozza; gazdag ételek fogyasztása, amíg az ember el nem veszíti az élvezetét az alapvető vagy egyszerű élelmiszerek iránt; élénkítőszerek – alkohol, dohány, kávé, tea – túlzott használata; vaj, só, bors és gazdag öntetek túlzott használata, valódi éhség nélküli étkezés (az igazi éhség a legegyszerűbb ételeket is élvezettel fogyasztja); evés, amikor betegek vagyunk vagy kényelmetlenül érezzük magunkat; az étkezések között bármikori evés; evés, amíg kényelmetlenül nem érezzük magunkat.

A pletykák mindig rágalmazók, a rágalmazók pedig mindig és örökké potenciális hazudozók. Ha nem tudják, hogy hazugságokat terjesztenek, bűnösen gondatlanok, amikor nem törekednek arra, hogy kiderítsék, igaz-e a pletykájuk által terjesztett történet vagy sem. A pletyka elgyengíti a pletykálót.

A pletykálkodók mindig elgyengültek, mert félnek, hogy lelepleződnek. A váladékuk mindig savas. Hajlamosak a gennyesedésre és a nyálkahártya-fertőzésekre. Lassan gyógyulnak ki a toxémia okozta hurutos krízisekből.

A pletykálkodók üresfejű rabszolgái a rágalmazás és a rosszindulat szokásainak; rosszindulatú paraziták, amelyek döggel táplálkoznak. Ők a legalacsonyabb rendű bűnözők; pokoli szörnyetegek, akik leheletükkel ölnek. Gyakran rákban halnak meg.

Hízelgés. – A hízelgők barátoknak tűnnek, ahogy a farkasok a kutyáknak. (Byron.) Az bánt meg a legjobban, aki bőkezűen dicsér. (Churchill.) Egy igazi hízelgő, mint minden nem becsületes ember, erőtlenítő életet él, amelyet a természet korán elítél.

Becstelenség. – A becstelenség végül megkeményíti az artériákat, és a rák véget vet a nyomorúságos létezésnek.

Vallásosság. – Betegesen jámbor, mégis a fenti szokásokat gyakorolja, és korai halállal végződik. Egy üdvözítő vallás, legyen az keresztény, zsidó vagy mohamedán, olyan, amely mentes a túlzottan stimuláló, erőtlenítő és mámorító mentális és fizikai szokásoktól.

Ha a toxikusok megszabadulnak az erőtlenítő szokásoktól. A gyógymódok – imák, gyógyszerek, műtét – minden becsületes vagy becstelen gyógymód – nem gyógyítanak. Szabadulj meg az októl, és maradj is mentes tőle, akkor az egészség visszatér, és örökre megmarad.

Visszatekintés

Többet is lehetett volna mondani, és kétségtelenül jobban is, arról, hogy mi, emberek, hogyan rongáljuk meg az elménket és a testünket; de eleget mondtak már a nyitott gondolkodású embereknek, hogy lássák, hogy az egyetlen ellenségünk a szokásaink. O. W. Holmes „A reggelizőasztal zsarnoka” című művében a következőket mondta a szokásokról:

A szokás az állati rendszer közelítése az organikushoz. A létezés legmagasabb funkciójában való kudarc beismerése, amely az örökös önrendelkezést foglalja magában, minden létező körülmény teljes tudatában.

Az autonómiát vagy önkormányzást az élet küszöbén minden hagyományos babona megtalálja, és
sok-sok szokássá neveli, mint például az ok eltávolítása nélküli gyógyítás. Ez, kombinálva az ember hedonizmusra való hajlamával (azzal a tannal, hogy az élvezet az egyetlen jó), hibás élethez vezet, annak ellenére, hogy az ember potenciálisan vágyik arra, hogy felülemelkedjen az őt visszatartó erőkön. A „Toxémia magyarázata” segíteni fog mindenkinek, aki alaposan tanulmányozza, hogy megértse, mi a betegség, és hogyan keletkezik. Ez a tudás segíteni fogja a bölcseket és önuralommal rendelkezőket, hogy elkerüljék el a betegségeket, és az orvosi polipot, amely akaratlanul is megrongálja a betegeket.

A szakma művelt emberek seregéből áll; és hiszem, hogy a többség úriember, és az emberiség szolgálatára törekszik. Az oktatás és az etika, ha tévedésre épül, és a számok presztízsét élvezi - elsöprő többséggel -, igazzá teheti a tévedést, amennyiben a nyájról van szó.

Csak annyit kérek a laikusoktól vagy a szakmától, hogy őszintén vessék alá a filozófiámat a savpróbának. Igen, bizonyítsák be, ha lehetséges, hogy tévedek, és aztán adják meg nekem, ami jár!

Az ember maga okozza a betegségeit. Ez a könyv elmondja, hogyan csinálja. És ő az, aki visszaadhatja az egészséget. Csak ő és a tudatalattija gyógyíthat. Az orvosok nem tudnak gyógyítani. A sebészeti vandalizmus csak nagyon ritkán jelent rosszabb megoldást, kivéve, ha a rossz kezelés szükségtelen vészhelyzeteket idéz elő.

A test erős vagy gyenge, az esettől függően, teljes mértékben attól függ, hogy az idegenergia erős vagy gyenge-e. És nem szabad elfelejteni, hogy a test funkciói a termelt energia mennyiségétől függően működnek jól vagy rosszul.

Néhány javaslat

A következő javaslatok segítséget nyújthatnak azoknak, akik meg szeretnék őrizni jelenlegi jó egészségi állapotukat, vagy segíteni szeretnének nekik abban, hogy jelenlegi rossz egészségi állapotukból jó egészségre térjenek vissza. Azoknak, akik súlyosan fogyatékosak, és akik részletesebb információkra vágynak, egyéni utasításokon keresztül kell a tanácsokat az adott esetükhöz igazítani.

Reggel ébredés után először a Tilden feszítőgyakorlat-rendszert kell gyakorolni

tizenöt-harminc percig. (Lásd a gyakorlatokat a fejezet végén.) A gyakorlat után menj a fürdőszobába, és meleg vízben állva vegyél egy gyors, meleg szivacsfürdőt. Ezt követően bőségesen dörzsöld át száraz törölközővel vagy dörzskesztyűvel. Este, lefekvés előtt, ismét alaposan dörzsöld át a testet. Ha nem kényelmes reggel meleg szivacsfürdőt venni, reggel szárazon dörzsöld be, és este, lefekvés előtt végy meleg szivacsfürdőt.

Naponta háromszor egyél, de ne többet; Ne egyen és ne igyon az étkezések között. A következő szabályok segítenek eldönteni, hogy mikor egyen, mikor ne egyen, és hogyan egyen:

1. szabály: Soha ne egyen, hacsak az előző étkezés óta teljesen nem érezte magát teljesen kényelmesen testben és lélekben.

2. szabály: Alaposan rágjon meg és nyeljen le minden falat keményítőtartalmú ételt, és a többi ételnek szenteljen sok figyelmet.

3. szabály: Soha ne egyen anélkül, hogy élvezné.

Ha a belek napközben nem mozognak, lefekvés előtt használjon egy kis beöntést - egy pint meleg vizet. Öntse a belekbe, és hagyja ott öt-tíz percig; majd ösztönözze a mozgást. A megfelelő rágás, az ételek megfelelő kombinációja és a has feszítése a megfelelő bélműködést eredményezi. Az étkezéssel kapcsolatban – Azok számára, akik általában jó egészségnek örvendenek, a következő szabályok szolgálnak útmutatóként:

Gyümölcsös reggeli
Keményítős ebéd
Normál vacsora

vagy

Keményítős reggeli
Gyümölcsös ebéd
Normál vacsora

A normál vacsora délben is elfogyasztható az ebéd helyett, ha az kényelmesebb.

Gyümölcsös reggeli. – Bármilyen friss gyümölcs vagy bogyós gyümölcs, amelyet tejjel, fele-fele arányban (fele meleg tejjel és fele forró vízzel), vagy teáskannában teával (forró vízzel, két-három evőkanál tejszínnel a csészében) fogyaszthatunk.

Keményítős reggeli. – Pirítós, reszelt búzadara, Triscuit (sós keksz), rozskenyér. Ropogós, jól sült muffinok (kalács), kukoricakenyér vagy keksz, palacsinta, gofri, főtt gabonapehely (a fentiek bármelyike), amelyet friss vagy főtt gyümölcs követ, cukor nélkül. A száraz keményítőt egy kevés vajjal kell fogyasztani, és nem szabad tejjel vagy tejszínnel felitatni. Ez biztosítja az alapos rágást.

A gabonapelyheket egy kevés tejszínnel és sóval kell bevenni – tej és cukor nélkül. A palacsintasütemények és a gofrikat mézzel és vajjal lehet kísérni, utána teáskannában főzhető teát fogyaszthatunk.

A keményítős reggelit kívánság szerint ital helyett friss gyümölcs követheti.

Keményítős ebéd. – Ugyanaz, mint a keményítős reggeli.

Időnként egy szelet sima sütemény és fagylalt.

Gyümölcsös ebéd. – Ugyanaz, mint a gyümölcsös reggeli.

Időnként egy szelet gyümölcsös pite és egy szelet sajt, vagy valamilyen desszert, majd friss gyümölcs.

Szabályos vacsora. – 1. sz.: Hús, két főtt, nem keményítőtartalmú zöldség és egy kombinált saláta.

2. sz.: Keményítő, két főtt, nem keményítőtartalmú zöldség és egy kombinált saláta.

Hús: Bármilyen friss hús, sajt, diófélék, tojás, szalonna, hal vagy szárnyas.

Keményítő: Burgonya (édes vagy ír), makaróni, rizs, Hubbard tök, száraz bab és borsó, tápióka, sütőtök, vagy a fent felsorolt keményítők bármelyike.

Főtt, nem keményítőtartalmú zöldségek: Cékla, sárgarépa, paszternák, káposzta, saláta, karfiol, kelbimbó, zöldkukorica, zöldbab és borsó, spárga, hagyma, padlizsán, feketegyökér, paradicsom, uborka, zeller, spenót, zöldségek, nyári tök stb.

Kombinált Tilden saláta: Saláta, paradicsom és uborka; saláta, zeller és alma; saláta, alma és narancs, vagy bármilyen más gyümölcs. Sóval, olajjal és citromlével ízesítjük.

1. számú vacsora – minden második nap, a 2. számú vacsora pedig minden második nap fogyasztandó.

Természetesen a fenti javaslatokhoz számos variáció és kiegészítés létezik, de a részletekre ebben a könyvben nem térhetünk ki. Azoknak, akik részletesebb javaslatokat szeretnének, el kell olvasniuk a Dr. Tilden’s Health Review and Critique című havi folyóiratot és a szakácskönyvét.

Dr. Tilden feszítőgyakorlatai

Kezdje a lábizmok megfeszítésével a lábujjaktól a testig, az alábbiak szerint: Először nyújtsa ki a lábujjakat, amennyire csak tudja; majd fogja meg helyben a lábujjakat előre, a sarkak felé kényszerítve, és ugyanakkor szorítsa a lábak izmait keményen a testhez. Teljesen lazítsa el. Ne ismételje meg a feszítést, amíg az izmok el nem lazulnak; majd feszítse meg újra, ismételve az összehúzást és a nyújtást.

Feszítse meg a kezeket és a karokat ugyanígy. Nyújtsa ki az ujjakat, amennyire csak tudja, az izmokat a vállakhoz szorítva; majd fogja meg az ujjakat, és zárja ökölbe a kezét, az izmokat a vállakhoz erősítve. Ismételje meg ezt ötször; majd feszítse meg a lábakat ötször; majd ismét a kezeket és a karokat.

Hajtson össze egy párnát, és tegye a vállak alá, hogy amikor a fej hátrabillen, ne érjen semmihez. Emelje fel a fejet előre, az állát a mellkashoz; Emelje fel a fejet előre, az állát a mellkashoz; engedje vissza a fejet, amennyire csak lehet; majd emelje fel. Ismételje meg ezt négy-öt alkalommal. Ezután, a párnát továbbra is a vállak alatt tartva, kulcsoljuk össze az ujjainkat a fej alatt, hagyva, hogy a fej a kezeink között pihenjen. Lengesse a fejét oldalirányban, fel és le, és forgassa, végezze mindegyik mozdulatot amennyire csak lehetséges.

Ezután nyomja le az összehajtott párnát a csípője alá, és végezzen a kerékpározáshoz hasonló lábmozgásokat. Ezután, levegőbe nyújtott lábakkal, mozgassa mindkét lábát oldalirányban, engedve, hogy az egyik áthaladjon a másikon, ollószerűen; azonban minden áthaladáskor változtasson, először az egyik lábat előre, majd a másikat.

Feszítse meg a hasat, a lehető legkeményebbé téve az izmokat, miközben a kezeivel gyúrja az izmokat. Ez a gyakorlat szükséges a székrekedés leküzdéséhez. Nőknél a méhszalagok erősödnek, emelkednek és leküzdik a méh elesését és rossz pozícióját. A húgyhólyag és a végbél izmai javulnak ezeknek a gyakorlatoknak a hatására. Leküzdhető az aranyér - a végbél nyálkahártyájának süllyedése. Az

irritált hólyag és a prosztata megnagyobbodása esetén ezek a gyakorlatok jótékony hatással lesznek.

Ezután üljön fel, és fordítsa arcát jobbra, amennyire csak lehetséges; majd balra, amennyire csak lehetséges; ezután engedje, hogy a feje lehajoljon, a fül közel kerüljön a vállhoz, majd vigye át az ellenkező vállra. A fej és a nyak ezen mozdulatai szükségesek a csigolyák között, valamint a csontok barázdáiban és nyílásaiban lerakódott lerakódások eltávolításához, ahol az idegek és artériák áthaladnak. Ha a hallás rossz, ezek a mozdulatok javítják azt. Ha a szaglás nem olyan éles, mint amilyennek lennie kellene, a gyakorlatok folytatásával a szaglóideg felszabadul, és a szaglás ereje javul. Az ízérzékelés is javul. Az összes különleges érzékszervi ideg megerősödik. A léggyomor ideg és az összes létfontosságú ideg, amely a létfontosságú szerveket irányítja, megerősödik ezzel a gyakorlattal. Amikor az idegeket szerves lerakódások nyomják, a fent leírt mozdulatok a lerakódások felszívódását okozzák. A nyak izmai fejlődnek; az arc izmai is fejlődnek, az ember fiatalabbnak fog kinézni és érezni magát.

Ezeket a gyakorlatokat nemcsak felkelés előtt, hanem a nap folyamán három-négy óránként végezni kell. Lehet, hogy úgy gondolod, hogy ez nagyon fáradságos, de ez az ár, amit a gyógyulásért kell fizetned. Szóval kezdd el azonnal, és légy hűséges!

Ülj le az ágy szélére, és ringasd a tested oldalirányban amennyire csak lehetséges, majd kövesd egy csavaró mozdulattal, próbálva hátranézni a vállakon keresztül. Ülj fel az ágyban, és ringasd előre és hátra, kényszerítve a gerincedet, hogy a derekadtól a fejedig hajoljon,
előre és hátra. Ez ellazítja a gerincet és élénkíti az idegeket, amelyek a test alsó részébe mennek.

Térdeljen és könyököljön négykézláb; majd tolja előre a testét, amennyire csak lehetséges anélkül, hogy a hasára esne; majd tolja hátra, amennyire csak tudja. Menjen előre-hátra ebben a helyzetben, amíg el nem fárad, majd ereszkedjen le a bal vagy a jobb vállán, miközben a csípőjét magasan tartja. Ezt térd-váll pozíciónak nevezik. A térd- és könyök pozíciót, a leírt mozdulatokkal, én „ír postamozdulatoknak” nevezem. Mindkét mozdulat és pozíció gyakorlása szükséges a székrekedés, a belek, a végbél vagy a méh süllyedése és az aranyér leküzdéséhez.

Helyezze a mutatóujjait a csukott szemekre, és finoman dörzsölje oldalról oldalra. Ezután vegye el az ujjait, és forgassa el a szemgolyókat, megfordítva a mozdulatot, hogy enyhítse a fáradságot.

Helyezze a mutatóujjait az orr szárnyaira; nyomja össze, és mozgassa oldalról oldalra.

Amikor szép az idő, érdemes minél gyakrabban a szabadban sétálni.